مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية وعلاقتها بالتوافق الجامعي لديهم

إعداد

أشرف أحمد عبدالمحسن الوريكات

المشرف

الدكتورة هناء خالد سالم الرقاد

أستاذ مشارك

قدمت هذه الرسالة إستكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير

في علم النفس التربوي

كلية الدراسات العليا في جامعة البلقاء التطبيقية

السلط – الأردن

10/ أيار/ 2014م

قرار لجنة المناقشة

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت بتاريخ ٢٠١٤/٥/١٠ م

أعضاء لجنة المناقشة	التوقيع
الدكتورة هناء خالد الرقاد (مشرفاً ورئيساً) أستاذ مشارك في علم النفس التربوي(تعلم وتعليم وطفولة)	....
الدكتور زيد سليمان العدوان (عضواً) أستاذ مشارك مناهج وأساليب تدريس	....
الدكتور بلال عادل الخطيب (عضواً) أستاذ مساعد في علم النفس التربوي	....
الدكتور حيدر إبراهيم ظاظا (عضواً خارجياً) أستاذ مشارك في علم النفس التربوي (قياس وتقويم / الجامعة الأردنية)	....

التفويض

أنا الطالب اشرف احمد عبدالمحسن الوريكات والموقع أدناه ,أقر بأن جميع المعلومات الواردة في رسالة الماجستير بعنوان "مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية وعلاقتها بالتوافق الجامعي لديهم ". بإشراف الدكتورة هناء خالد سالم الرقاد ,من نتائج بحثي العلمي خلال دراستي في جامعة البلقاء التطبيقية ,وأتحمل كافة المسؤوليات المترتبة على ذلك في حال ثبوت عكس ذلك ,كما وأفوض الجامعة حق تصوير الرسالة كلياً أو جزئياً, وذلك لغايات البحث العلمي والتبادل مع المؤسسات التعليمية والبحثية والجامعات .

الاسم :اشرف احمد الوريكات

التوقيع :

إهــداء......

- إلى شيخ الرجال, إلى من أحمل اسمه بكل افتخارالى الوالد رمز عزي وإفتخاري ومثلي الأعلى والذي أعطاني الكثير الكثير... أرجو من الله أن يمد في عمرك ويلبسك ثوب الصحة والعافية
- إلى من عجزت الكلمات عن وصفها ويرتعش قلبي لذكرها إلى من عرفت معها معنى الحياة إلى القلب الحنون الى من كان دعائها سر نجاحي إلى من سكنت قلبي وكانت لي القلب الدافئ الذي ينبض بالحنان والمحبة ,إلى من أستبيحها عذراً وأستسمح خاطرها على تلك الليالي التي سهرتها من أجل راحتي , إلى روحِ أمي الطاهرة... رحمك الله يا أمي
- إلى من رافقتني الحياة بحلوها ومرها وأضاءت لي الطريق زوجتي العزيزة الغالية...
- إلى قرة عيني أبنائي "رنيم وأحمد وتسنيم وزين" حفظهم الله ورعاهم...
- إلى أخوتي وأخواني الأعزاء...
- إلى الخال محمد "أبو مالك"...
- إلى كل من أناروا الدرب في طريقي فأوصلوني إلى بر الأمان...
- إلى أساتذتي الكرام الذين كان لهم الفضل في وصولي إلى هذه الدرجة العلمية...
- إلى زملائي وأصدقائي في العمل والدراسة

شكر وتقدير

بعد شكر الله سبحانه وتعالى ومنه وفضله علي , أتقدم بجزيل الشكر إلى جامعة البلقاء التطبيقية ممثلة برئيسها وأعضاء الهيئة التدريسية والإدارية فيها التي منحتني فرصة الاستزادة من العلم, كما أتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى مشرفتي الدكتورة هناء خالد الرقاد التي وهبتني كثيراًً من وقتها وجهدها فجزاها الله كل خير .

كما أتقدم بالشكر لأعضاء لجنة المناقشة ممثلين بالدكتور حيدر ظاظا من الجامعة الأردنية ، والدكتور زيد العدوان ، والدكتور بلال الخطيب لتفضلهم بقبول مناقشة هذة الدراسة ، ولملاحظاتهم القيمة .

ولا يفوتني أن أشكر كل من ساعدني لإتمام هذا العمل .

لهم جميعاً وافر الإحترام والتقدير...

قائمة المحتويات

الفصل الثاني الإطار النظري	

(فهرس الجداول)

قائمة الملاحق

"الملخص"

مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية وعلاقتها بالتوافق الجامعي لديهم

إعداد

أشرف أحمد الوريكات

المشرف

الدكتورة هناء خالد الرقاد

أستاذ مشارك

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستويات القلق وعلاقته بالتوافق الجامعي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة البلقاء التطبيقية، تكونت عينة الدراسة من (850) طالباً وطالبة، بواقع (468 طالب) و(382) طالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية من طلبة مرحلة البكالوريوس في جامعة البلقاء التطبيقية في الفصل الثاني من العام الأكاديمي 2013/2012.

لتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس تايلور للقلق الصريح بنسخته العربية،الذي قام بتعريبه فهمي وغالي (2013) اذ شمل المقياس على (50) فقرة تقيس القلق لدى الطلبة الجامعيين، ومقياس التوافق الجامعي المكون من (35) فقرة من إعداد الباحث. وقد أظهرت النتائج الآتي:

- حصل مستوى القلق الشديد جداً على أعلى تكرار بلغ (577) تلاه لا قلق، بينما جاء القلق المتوسط والشديد في المرتبة الأخيرة.
- جاء التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية متوسطاً، بمتوسط حسابي قدره (3.08).
- وجود فرق ذو دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) في القلق تعزى لأثر الجنس والطالبات.
- وجود فرق ذ و دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر التخصص على مستويات القلق ، وجاءت الفروق لصالح التخصصات الإنسانية.
- وجود فرق ذو دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر المستوى الدراسي على مستويات القلق ، حيث توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) بين السنة الأولى من جهة وبين كل من السنة الثالثة والسنة الرابعة من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح السنة الأولى.
- وجود فرق ذو دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر الجنس على مستوى التوافق الجامعي، وجاءت الفروق لصالح الذكور.
- عدم وجود فرق ذو دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر التخصص على مستوى التوافق الجامعي. ووجود فرق ذو دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر المستوى الدراسي، لصالح طلبة السنة الأولى مقارنة بطلبة السنة الثانية والسنة الثالثة والسنة الرابعة ، ولصالح طلبة السنة الرابعة مقابل طلبة السنة الثانية والسنة الثالثة على التوالي.
- وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين مستويات القلق والتوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في الأردن.

الكلمات المفتاحية: مستويات القلق ؛ التوافق الجامعي؛ جامعة البلقاء التطبيقية؛ الأردن.

وفي ضوء نتائج الدراسة الحالية, قدم الباحث مجموعة من التوصيات متمثلة بما يلي:

1. ضرورة اهتمام الإدارة الجامعية في جامعة البلقاء التطبيقية بالط لبة شديدي القلق من خلال الأنشطة اللامنهجية واللجان ولنوادي الطلابية التي يمكن من خلالها تخفيض حدة القلق وزيادة التوافق الجامعي لديهم.
2. عقد لقاءات توعوية وإرشادية للطلبة في مختلف المستويات الدراسية والتخصصات، وخاصة الجدد منهم لمساعدتهم على التكيف مع البيئة الجديدة
3. تفعيل دور المرشدين والمستشارين وتقديم مساقات اختيارية توضح مفاهيم القلق وكيفية الحد منه لزيادة التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية.
4. إجراء دراسات ضمن متغيرات أخرى مثل التحصيل الدراسي، والعنف الجامعي في ضوء متغيرات السكن، ومعدل الثانوية العامة، ووجود بعثة او دراسة خاصة.

الفصل الأول

خلفية الدراسة وأهميتها

مقدمة

يعيش الإنسان في بيئة متنوعة ومتشابكة في العلاقات من خلال ما يقوم به من سلوكات يوميه تتصف بالتنوع والتغيير نظراً لتنوع حاجات ومطالب الأفراد اليومية، وفي العادة يقوم الفرد بصور مختلفة من السلوك لمواجهة دوافعه المختلفة ، بهدف تحقيق قدر عالي من التوافق النفسي والاجتماعي، فالإنسان عندما يجوع يبحث عن الطعام لتحقيق التوازن الجسدي وعندما يشعر بالبرد يبحث عن الملابس الثقيلة ليشعر بالدفء. وعندما يتخطى الأمر الجوانب الذاتية يسعى الفرد للتعايش مع البيئة والمحيطين، محاولاً بذلك تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، فإن لم يستطع فقد يصاب بالتوتر والقلق الذي يمكن أن يسيطر عليه ويخفض من توافقه النفسي مع محيطه.

ويصف كثير من الناس عصرنا الحالي بأنه عصر القلق والتوتر على المستويين الفردي والجماعي، لأنه عصر يتميز بأنه ذو إيقاع سريع، شديد التقلب، كما تكثر فيه الصراعات والتوترات والضغوط النفسية، وهناك ثمة اتفاق بين المشتغلين بعلم النفس والطب النفسي في أن القلق يمثل عصب الحياة النفسية السوية وغير السوية، ويعد المدخل الجوهري لدراسة الصحة النفسية للإنسان في مختلف المجالات(مقبل، 2005).

ويعد مفهوم القلق من المفاهيم التي نالت حظاً وفيراً في الدراسات النفسية,وتعددت تعريفات هذا المفهوم، إلا أنه يمكن جمع هذه التعريفات بتعريف واحد وهو أن القلق " خبرة انفعالية غير سارة، يشعر بها الفرد عندما يتعرض لمثير مهدد أو مخيف، أو عندما يقف في موقف صراعي أو إحباطي حاد، وكثيراً ما يصاحب هذه الحالة الانفعالية بعض المظاهر الفيزيولوجية، مثل: ازدياد ضربات القلب وزيادة التنفس ؛ وارتفاع ضغط الدم ؛

وفقدان الشهية ؛ وزيادة إفراز العرق ؛ والارتعاش في الأيدي والأرجل، كما يتأثر أيضاً إدراك الفرد للموضوعات المحيطة به في موقف القلق (الجزائري، 2004).

وتشمل الأعراض الجسمية للقلق :الضعف العام؛ ونقص الطاقة الحيوية؛ وتوتر العضلات؛ والتعب؛ والصداع المستمر؛ والعرق؛ وارتعاش الأصابع؛ وشحوب الوجه؛ والسرعة في نبضات القلب؛ والدوار؛ الغثيان؛ جفاف الفم والحلق؛ فقدان الشهية، اضطراب النوم، ارتفاع ضغط الدم؛ اضطراب في التنفس؛ضيق الصدر؛ عسر الهضم وآلام المعدة؛ بينما تشمل الأعراض النفسية للقلق :القلق العام على الصحة، العصبية، عدم الاستقرار، الخوف، توهم المرض، سوء التوافق، ضعف التركيز، شرود الذهن، الهم، الخوف من الموت، الاكتئاب (العناني، 2005).

وتميز الدراسات التجريبية بين القلق (قلق الحاله) الذي يميز حالة الفرد في لحظة بعينها، والقلق باعتباره سمة للشخصية (اضطراب البال) الذي يتجسد في النزوع القوي إلى الشعور بالقلق (العبيدي، 2009)، كما يميز معجم علم النفس بين أنواع عدة من القلق وهي:

- القلق بوصفه سمة انفعالية: تتميز بالخوف مما يحدث في المستقبل , وهو من أهم الاضطرابات النفسية.
- القلق الأساسي: وهو القلق الذي ينش أ في الطفولة , ويتميز بالشعور بالوحدة وقلة الحيلة وعدوانية البيئة.
- عصاب القلق: ومظهره الرئيسي القلق والخوف العام الذي لا يستند إلى سبب واحد .

ويشير الأنصاري (2007:ص 29) أن كاتل (Cattel) هو أول من أشار للقلق سمة وحالة، ثم قام سبيلبيرجر(Shpielperger) بتطويرهما، إذ أكد أن القلق له مفهومان هما حالة القلق (State) وهو حالة انفعالية طارئة ومؤقتة لدى الفرد تختلف من حيث الشدة وتتذبذب من وقت لآخر، فهو موقفي بطبيعته، أي يرتبط بموقف أو ظرف معين ضاغط يتعرض له وتزداد شدة حالة القلق لديهم في المواقف التي يرتبطون فيها

مع غيرهم وتهدد تقديرهم لذواتهم وفي خبرات الفشل التي تهدد كفاية الفرد وتخضعها للتقويم. وسمة القلق (Trait) بوصفه سمة ثابتة نسبياً للشخصية ، ولكن يتفاوت الأفراد بدرجة امتلاكهم لها في نزوع أو استعداد سلوكي مكتسب لدى الفرد يعتمد على خبرته السابقة في تكوين ميله للاستجابة الثابتة نحو مثيرات معينة، فكلما كانت سمة القلق عالية الشدة لدى الفرد زاد احتمال ارتفاع حالة القلق في المواقف المهددة له، وذلك لميلهم على تأويل عدد كبير من المواقف على أنها خطرة، وان ارتباط مستوى حالة القلق بإدراك الفرد للخطر والتهديد له أقوى أثر من الخطر الحقيقي.

واختلفت الآراء حول تحديد معنى القلق فقد وردت في مجمع اللغة العربية :قلق – قلقاً: لم يستقر في مكان واحد، وقلق لم يستقر على حال، وقلق اضطرب وانزعج فهو قلق، وأقلق الهم فلاناً أزعجه، وقد أقر المجمع إستخدام القلق بوصفه حالة انفعالية تتميز بالخوف مما قد يحدث، والمقلاق:(الشديد القلق، يقال: رجل مقلاق وامرأة مقلاق) (مجمع اللغة العربية، 1985). وقد تعددت وجهات النظر حول مفهوم القلق، وكان الاختلاف فيما بينهما متمثلاً في العوامل المسببة للقلق، وكذلك المرحلة التي يبدأ فيها إلا أنه اتفقت حول محتواه وأنواعه (حمصي، 1991).

إن مفهوم التوافق مفهوماً محورياً في علم النفس، ولقد لقي اهتماماً كبيراً لدى الباحثين، وقد كان ولا زال محوراً للعديد من الدراسات التي تصدت له بالبحث والدراسة، وهذا المفهوم في الأصل مفهوم بيولوجي على نحو ما حدده دارون؛ مما يعني قدرة الكائن الحي على التكيف مع الظروف البيئية المحيطة به، وما يطرأ عليها من تغيرات بحيث تحقق المحافظة على الحياة (القريطي، 2003).

ويرى الباحث أنه رغم الوضوح في إختلاف التعريفات، إلا أ ن معظم الباحثين اتفقوا على أن القلق استجابة لخطر، وهو نقطة البداية لاضطرابات وأمراض نفسية، وأن له تأثيراً واضح في صحة الفرد وإنتاجيته وتوافقه النفسي.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

تشير العديد من الدراسات والبحوث (عثمان، 2005؛الانصاري،2007) إلى أن القلق في حد ذاته ظاهرة طبيعية وإحساس وشعور وتفاعل مقبول ومتوقع تحت ظروف معينة، وأحياناً يكون للقلق وظائف حيوية تساعد على النشاط وكذلك حفظ الحياة، لكن متى يشكل القلق مشكلة بالنسبة للفرد، وذلك حين يكون خوفاً دون سبب ظاهراً أو سبب مفهوم Zaman, Atif, Shah & Faroq, 2010). وتأتي الدراسة الحالية لتحديد مستوى القلق والتوافق الجامعي لدى طلبة مرحلة البكالوريوس في جامعة البلقاء التطبيقية و للكشف عن العلاقة بين مستويات القلق بوصفه حالة والقلق بوصفه سمة وبين التوافق الجامعي لديهم ، لاسيما وأن معظم الدراسات العربية الأجنبية لم تتناول هذه العلاقة إلا في أواخر الثمانينيات من القرن الماضي، حيث ركزت أغلبية الدراسات على دراسة العلاقة بين القلق والتحصيل والصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين في مختلف المستويات الدراسية (Barker,2004). هذا إضافة إلى أن أغلب الدراسات والبحوث النفسية العربية تركزت حول العلاقة بين القلق ومتغيرات مثل التحصيل مع إغفالها للتوافق النفسي لدى الطالب واستناداً إلى ما سبق؛ مما جعل الباب مفتوحاً أمام اجراء المزيد من الدراسات حول طبيعة تلك العلاقة. وبالتحديد تبرز مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة عن الأسئلة الآتية:

السؤال الأول: ما مستوى القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية ؟

السؤال الثاني: ما مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية ؟

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في ضوء: الجنس؛ والمستوى الدراسي؛ والتخصص (علمي، انساني)؟

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في ضوء: الجنس؛ والمستوى الدراسي؛ والتخصص ؟

السؤال الخامس: هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين مستويات القلق والتوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في الأردن في ضوء الجنس والمستوى الدراسي والتخصص ؟

أهمية الدراسة

تستمد الدراسة الحالية أهميتها من أهمية موضوعها وهو مستويات القلق لدى الطلبة وعلاقتها بالتوافق لديهم وتتمثل هذه الأهمية من خلال ما يلي:

(1) الأهمية النظرية

ما ستضيفه الدراسة الحالية من معلومات جديدة إلى المعرفة , والمكتبة العربية حول موضوع القلق وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.

اضافة الى ذلك تأتي هذه الدراسة لتوظيف ما كتب من أدب نظري في تفسير متغيرات الدراسة الحالية في البيئة الدراسة العربية والأردن على وجه الخصوص ، خصوصاً وأن محض العلاقة في هذه الدراسة يتناول الجنس , والمستوى الدراسي , والتخصص.

(2) الأهمية التطبيقية

ما يترتب على نتائج هذه الدراسة من فوائد عملية في الميدان التربوي، قد يستفيد من نتائج الدراسة الحالية المسؤولين في وزارة التعليم العالي الأردنية وفي الجامعات الأردنية من خلال وضع برامج إرشادية وتوجيهية للطلبة الأردنيين، وتطبيق استراتيجيات تخفيض القلق بهدف زيادة توافق الطلبة مع أنفسهم ومع مجتمعهم الجامعي.

أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة الى تحقيق الأهداف الآتية:

1. التعرف إلى مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الجامعية الأولى في جامعة البلقاء.
2. التعرف إلى مستويات التوافق الجامعي لدى طلبة المرحلة الجامعية الأولى في جامعة البلقاء.
3. الكشف عن العلاقة الارتباطية بين مستوى القلق ومستوى التوافق الجامعي لدى الطلبة في جامعة البلقاء.

التعريفات الإجرائية

في ما يلي تعريف للمصطلحات والمفاهيم الواردة في الدراسة الحالية , بما تشير اليه من مدلولات :

– **القلق:** عرفته الخصاونة (2007: 3) بأنه مشاعر وأحاسيس غريبة ومؤلمة تنتج عن سوء تكيف واعد انسجام وتوافق، وهو العائق لكل أداء وانجاز؛ لأنه يقلل من قدرة الفرد عن العمل والاستماع بالحياة. ", و **إجرائياً** في يُعرف القلق (سمة، حالة) بالدرجه التي يحصل عليها الطالب على مقياس القلق الذ ي تم إعداده لأغراض الدراسة الحالية.

– **التوافق** : عرفه الطحان (1996؛ 47) بأنه"حالة من الاتزان النفسي تتجلى في تكامل شخصية الفرد، والتخطيط لمستقبله، وحل مشكلاته، والتكيف مع الواقع، والتمتع بقدر من الثبات الانفعالي الذي يمكن الفرد من إقامة علاقات اجتماعية ناجحة، والالتزام بقيم توجه سلوكه، والإسهام في بناء المجتمع، والشعور بالطمأنينة والرضا", و **إجرائياً** في هذه الدراسة يعرف التوافق الجامعي بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس التوافق الجامعي الذي أعده الباحث.

حدود الدراسة ومحدداتها :

حدود الدراسة

تأتي حدود الدراسة في ظل مجموعة من الحدود ؛ إذ يتحدد موضوع الدراسة بتناول القلق (سمة , وحالة) لدى طلبة المرحلة الجامعية الأولى , اضافة الى تناول موضوع التوافق الجامعي . أمّا الحدود العينية ؛ فتمثل في اقتصارها على طلبة المرحلة الأولى في جامعة البلقاء التطبيقية في الأردن . الى جانب اقتصارهذه الدراسة على الكليات الجامعية التابعة لمركز الجامعة وحدود التطبيق لأدوات الدراسة على الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 2013/2012.

أمّا الحدود المتعلقة بالمتغيرات فقد اقتصرت الدراسة الحالية على متغير : الجنس ؛ والتخصص؛ والمستوى الدراسي ، اضافة الى اقتصار الدراسة التالية على أداتين تُحدد من خلالهما اداء الفرد على مقياس القلق ومقياس التوافق الجامعي .

محددات الدراسة

تعاني هذه الدراسة الحالية من بعض جوانب القصور تمثل في المعاينة التي اقتصرت على المرحلة الجامعية الاولى داخل جامعة حكومية ؛ وعلية يجب الحذر عند تعميم نتائج الدراسة الحالية على مجتمعات أخرى غير حكومية وغير المرحلة الجامعية الاولى .

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

القلق

يعاني الشخص القلق من مجموعة من الأعراض الفسيولوجية والنفسية، ومن بين تلك الأعراض الجسمية التي يمكن أن يصاب بها الشخص القلق ما أشار اليه ديبرا و بيديل (Deborah & Beidel, 2005) على النحو الآتي:

اضطراب نشاط القناة الهضمية, زيادة سرعة ضربات القلب, قلة الدم المندفع إلى الجلد مما يسبب الشحوب, زيادة احتمال تجلط الدم, زيادة نشاط الغدة الادرينالية, زيادة نشاط الغدد العرقية.

وتشمل الأعراض الجسمية للقلق أيضاً: الضعف العام؛ ونقص الطاقة الحيوية؛ وتوتر العضلات؛ والتعب؛ والصداع المستمر؛ والعرق؛ وارتعاش الأصابع؛ وشحوب الوجه؛ والسرعة في نبضات القلب؛ والدوار؛ والغثيان؛ وجفاف الفم والحلق؛ وفقدان الشهية؛ واضطراب النوم؛ وارتفاع ضغط الدم، واضطراب في التنفس؛ وضيق الصدر؛ وعسر الهضم وآلام المعدة؛ بينما يشمل الجانب النفسي للقلق أعراضاً تتمثل في القلق العام على الصحة؛ والعصبية؛ وعدم الاستقرار؛ والخوف؛ وتوهم المرض؛ و سوء التوافق؛ وضعف التركيز؛ وشرود الذهن؛ والهم، والخوف من الموت؛ والاكتئاب (العناني، 2005).

يشير عبد الله، (2001) إلى مجموعة من الأعراض المرتبطة بالقلق على النحو الآتي:

1. الاضطراب: ويظهر على صور عديدة منها ما هو سريع وهو يمثل استجابة لخطر محتمل كأن يسمع الفرد صوت دوي إطلاق نار فيتصور نفسه أنه معرض للاغتيال، ومنها ما هو بطيء وهو يتمثل في الاضطراب الحاصل من جراء الانتظار لأمر يخشى حدوثه أو يقترب حدوثه كأن ينتظر دوره لإلقاء كلمة على جمع غفير، وهذا العرض من الأعراض النفسية.

2. خفقان القلب وشدة ضرباته: وهو عرض من الأعراض الجسمية نتيجة لمؤثرات خارجية أو داخلية، وتعرض هذه الحالة عندما تؤثر الخلجات الداخلية ذات المنشأ الحقيقي أو الخيالي في الأعصاب القلبية وتحركها، فيحصل القلق، ويخفق القلب، وتشتد ضرباته، وتضطرب الأفعال الحيوية والسلوكية.

3. الخوف: وهو من الأعراض النفسية، وقد اختلف العلماء في تحديد المثيرات الفطرية للخوف ولكن مالا نختلف عليه هو أن الخوف أثر وعرض من أعرض القلق، والخوف هو انزعاج داخلي ولكنه يظهر على قسمات الوجه، على أن هناك ترابطاً وثيقاً بين الخوف والقلق لدرجة أن أحدهما يكون سبباً للآخر.

4. التردد: وهو من الأعراض النفسية التي غالباً ما تميز بوضوح، وفي هذا العرض لا يكون الفرد قادراً على اتخاذ قرار حازم للخروج من الأزمة التي يعاني منها.

5. الانفعال: وهو أيضاً عرض نفسي، يكون فيه صدر الفرد ضيقاً لا يتحمل أقل ما يتسبب في إزعاجه، فالقلق يدفع صاحبه لعدم تحمل الصعاب.

6. الانزواء والاختفاء: وهو عرض نفسي أيضاً، يصاب به الشخص القلق كملجأ للهروب مما هو فيه، فالطالب مثلاً عندما تكون نتيجته سلبية في الدراسة، فإنه يعمد إلى الاختفاء عن أنظار الناس لكي لا يتعرض لمساءلتهم عن نتيجته.

7.الانهيار: وهو عرض نفسي وجسمي في نفس الوقت حيث يبدو الانهيار مؤثراً على أعضائه البدنية والفكرية أيضاً، والانهيار حالة من الضعف يصاب بها الفرد كأثر للقلق الناتج عن هم أو غم.

تعريف القلق

يُعرّف عبد الفتاح (2004: 4) القلق بأنه: "انفعال مؤلم يتضمن الخوف الشديد، وتوقع الشر والفشل، وعدم الاستقرار والحساسية الزائدة لفقدان الغير".

في حين عرّفه دادز وباريت (Dadds & Barrett, 2001:21) بأنه: "رد فعل مرتقب يتدرج من الارتباك والاضطراب حتى يصل إلى الرعب التام الذي يرتبط بالتهديد الذي يدركه الفرد سريعاً ويستجيب إليه بشدة". كما أنه إحساس بالمتاعب النفسية كالخوف والتفكير السلبي والتوتر التي يعاني منها الإنسان ويدفعه إلى المواقف الحرجة أو يتصرف فيها بصورة تزعجه وتزعج غيره.

ويُعرف الخالدي(2009: 11) القلق بأنه: " حالة توتر شامل نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي، قد يحدث ويصاحبها خوف غامض وأعراض نفسية جسمية، إذ يمكن اعتبار القلق انفعالاً مركباً من الخوف وتوقع التهديد والخطر".

وعرّفه حسين(2007: 21) بأنه: "استجابة لخطر يُخشى من وقوعه، ويكون موجهاً للمكونات الشخصية والاستجابة هذه قد تحمل معنى داخلياً يتصل بالشخص ويضيفه على العالم الخارجي".

الأسباب المؤدية للقلق

أصبحت الأمراض النفسية من أكثر الأمراض شيوعاً وانتشاراً , لاسيما وأنّ المجتمعات تمر من وقت إلى آخر بالعديد من المتغيرات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية وانتشار الأزمات، والكوارث، والحروب، والصراعات فيما بينها التي تترك آثارها على الفرد، وترجع أسباب القلق إلى ضعف القيم الدينية، والخلقية، والتفكك الأسري وصعوبة تحقيق الرغبات الذاتية ، وشدة إغراءات الحياة مع التطلعات الأيدلوجية المختلفة (عكاشة، 2003).

ويذكر طه(2005) مجموعة أسباب تؤدي إلى القلق على النحو الآتي:

1. العوامل البيولوجية: إن للوراثة دوراً كبيراً في حدوث القلق، حيث أشارت العديد من الدراسات أن أفراد الأسرة يتوارثونه جبلاً بعد جيل، فقد أشار مجموعة من الدراسات أن 15% من أبناء وأخوة مرضى القلق يعانون من نفس المرض.
2. العوامل النفسية والاجتماعية: عرف فرويد القلق بأنه إشارة إل ى أنه نزعة غير مقبولة تضغط للمثول والخروج، والقلق كإشارة يوقظ الأنا لعمل دفاعات ضد هذه الضغوط القادمة من الداخل ، إذا تصاعد القلق عن الحد الأدنى من الشدة المميز لوظيفته كمخدر ، فإنه قد يبزغ بكل اشتعاله في نوبات هلع، الأمثل أن استخدام الكبت فقط سوف ينتج استعادة التوازن الفسيولوجي دون تكون أعراض، حيث أن الكبت الفعال يحتوي تماما الغرائز وتأثيراتها المرتبطة بها وخيالاتها بدفعها إل ى اللاشعور، أما إذا فشل الكبت كدفاع فإن دفاعات أخرى: مثل القلب والنقل والنكوص قد تنتج وتتكون الأعراض وهكذا تتكون صورة القلق أو العصاب.
3. الاستعداد النفسي: ويعني الشعور بالتهديد الداخلي أو الخارجي الذي تفرضه بعض الظروف البيئية بالنسبة لمكانة الفرد وأهدافه. كما أن مشكلات الطفولة والمراهقة والشيخوخة، ومشكلات الحاضر التي تنشط ذكريات الصراعات في الماضي ، والطرق الخاطئة في تنشئة الأطفال مثل القسوة ، والحماية الزائدة، والتعرض للحوادث، والخبرات الحادة اقتصادياً، أو عاطفيا، أو تربوياً هي أسباب قد تؤدي إلى القلق.

ويضيف زهران (1997) أسباباً أخرى للقلق مثل خوف الإنسان على وجوده، فـمما لا شك فيه أن أحد مصادر القلق الهامة هو كون الإنسان كائناً مفكراً واعياً لوجوده وفنائه، فوجود الإنسان مصدر لقلقه، ولكن يبقى لنا أن نفرق بين صنفين من الناس في درجة القلق الذي يسببه وجودهم وفناؤهم هم من يصابون بالقلق الشديد والقادرين على مواجهة القلق، إذ يتدخل التكوين الديني والعقيدي في ذلك. كما إن الغرائز ذاتها يمكن أن تسبب القلق، ومن هذه الغرائز ؟ غريزة الجنس والعدوانية، وهي سبب للقلق النفسي عندما لا يتمكن الفرد عن كبحها،

وعندما لا يتمكن الفرد من إشباعها، فإنه معرض لهذه الحالة، والدوافع الجنسية التي تظهر في المراهقة كثيراً ما تكون سبباً في هذا القلق، فإذا ما تعرض مراهق لإثارة هذه الدوافع بشكل أو بآخر قد يترتب على ذلك شعور بالقلق.

النظريات المفسرة للقلق

هناك العديد من النظريات المفسرة للقلق، ويعود تعدد نظريات تفسير القلق إلى الاختلافات النظرية المتنوعة التي تهتم بتفسيره، فيرى بعض علماء تلك النظريات أن اضطراب القلق يرجع إلى عوامل وراثية، ويرى البعض الآخر أن اضطراب القلق يرجع لبث الرغبات في اللاشعور.

بينما يذهب فريق ثالث إلى أن اضطراب القلق يرجع إلى أنه تعلم خاطئ ويجب علاجه باعتباره سلوكاً مضطرباً، بينما يعتبر البعض أن اضطراب القلق يرجع إلى جوانب معرفية ومعتقدات مشوهة. وأخيراً هناك من يرى هذا الاضطراب يرجع إلى إدراكات سلبية من جانب الشخص ذاته للعالم المحيط به, وهذه النظريات هي:

نظرية التحليل النفسي

تناول فرويد مفهوم القلق، واعتبره ناتجاً عن الصراع بين عناصر الشخصية الثلاثة (الهو، الأنا، الأنا الأعلى). وأكدّ فرويد أنّ القلق ما هو إلا شعور غامض يشوبه الخوف والتحفز والتوتر، وتصاحبه العديد من الأعراض الجسمية، وهو يظهر كرد فعل لحالة خطر. وأشار إلى القلق الأول الذي يتعرض له الطفل عندما يستقل جسدياً عن أمه، حيث أعتبره ردة فعل تجاه صدمة الميلاد، وبأنّ الحالة تتكرر بصور أخرى عند غياب الأم، نتيجة الخوف من عدم إشباع الحاجات (الشربيني، 2010).

ويذكر ديبنج (Depping, 2010) أنّ تفسير فرويد للقلق النفسي قد مر بمرحلتين، المرحلة الأولى (1916- 1917): حيث فسر القلق على أساس أنه حينما تمنع الرغبة الجنسية من الإشباع فإن الطاقة النفسية المتعلقة بالدافع الجنسي" الليبدو" لدى الفرد تتحول إلى قلق بطريقة فسيولوجية . أما المرحلة الثانية (1936) فقد

عَدل فرويد عن رأيه الأول، وأكد أن جميع المخاوف المرضية في أساسها هي رغبة جنسية غير مقبولة وخوف من العقاب، وهو عبارة عن الخوف من الخصاء، وقد أبدل فرويد هذا الخوف وحل محله الخوف المرضي، ورأى أن قلق "الأنا" هو ما يحدث أولاً وهو الذي يسبب الكبت ولا ينشأ القلق أبداً من الليبدو .

وتميز نظرية التحليل النفسي بين ثلاثة أنواع من القلق ذكرها بينفوين وجيسنبيرج Bienvenu & (Ginsburg, 2007) على النحو الآتي:

أ- القلق الموضوعي Objective Anxiety: وهذا النوع من القلق اقرب منه إلى الخوف ويكون مصدره خارجياً، وأطلق فرويد عليه مسميات أخرى كالقلق الواقعي أو الحقيقي والقلق السوي.

ب- القلق العصابي Neurotic Anxiety: هو خوف غامض يكمن داخل الشخص، وينشأ من صراعات لاشعورية داخل الفرد، بين دوافع الهو (الجنسية والعدوانية غالباً)، وبين القيود المفروضة من قبل الأنا والأنا الأعلى.

ج- القلق الأخلاقي Moral Anxiety: يأتي نتيجة حكم "الأنا الأعلى"، عندما يخشى الفرد من تأنيب الضمير عند القيام بأي فعل ينافي القيم أو الأعراف الدينية أو الاجتماعية أو الأسرية، ومن شأنه خلق الصراع داخل النفس وليس صراعاً بين الشخص والعالم الخارجي.

بينما يذهب أدلر إلى أن القلق النفسي يرجع نشأته الأولى إلى طفولة الإنسان الأولى حيث أن المريض منذ طفولته يشعر بالعجز والقصور الذي يؤدي إلى عدم الشعور بالأمن والأمان ، والقصور عند أدلر بأنه قد يكون قصور عضوي أو تغيير في الحياة الاجتماعية أو النفسية.

أما كارل يونج (Carl Yung) يشير إلى أن القلق عبارة عن رد فعل يقوم به الفرد حينما تغزو عقله قوى وخيالات غير معقولة صادرة عن اللاشعور الجمعي ، والقلق عنده هو خوف من سيطرة اللاشعور الجمعي غير المعقول التي لازالت فيه من حياة الإنسان البدائية (حسين، 2007).

بينما ترى هور ني (Horney) في القلق، استجابة انفعالية لخطر يكون موجهاً إلى المكونات الأساسية للشخصية. وتشير إلى ثلاثة عناصر أساسية للقلق وهي: الشعور بالعجز، والشعور بالعداوة، والشعور بالعزلة. وتعتقد بوجود عدة مصادر رئيسة للقلق تكمن في أشكال المعاملة داخل الأسرة من حيث الروابط العاطفية، ومن أهمها حرمان الطفل من العاطفة والحب والحنان، ونبذه من قبل الأسرة، وتركه في اللامبالاة من دون تحقيق حاجاته، والخلافات العائلية وتدني فرص تحقيق العدالة في التعامل، والقسوة، وقلة التقدير و الاحترام، وسلب الحقوق الفردية وأساليب العقاب، كما وعدّت الأمراض الاجتماعية، كالكذب، والنفاق، والغش، والتحايل والخداع، والأنانية، والعدوان، والعنف بمختلف أشكاله الجسدية والنفسية، من المصادر الرئيسة للقلق Vilarim, Rocha (& Egidio, 2011).

ويذكر بن علو(1993) أن فروم (Fromm) قد ربط بين القلق والحاجات الأساسية إلى الانتماء، والارتباط، والهُوية، والحاجة إلى إطار توجيهي، التي يُعدّها فروم جزءاً من طبيعة الإنسان وضرورة لتطوره وارتقائه، وإن إعاقة إشباع هذه الحاجات نتيجة الظروف السيئة والصراع الاجتماعي، سيقود إلى القلق.

ويوافق "فروم" على كثير من ملاحظات " فرويد " للظواهر المتعلقة بالتطور الجنسي للفرد، ولكنه يختلف معه في التفسير البيولوجي الجامد الذي قدمه لحدوث هذه الظواهر، ويعتمد " فروم" في هذا الاختلاف على نتائج البحوث الأنثروبولوجية التي أوضحت أن هذا التطور في كثير من المجتمعات البدائية لا يسير على نفس النحو الشائع الذي وصفه "فرويد". وينتهي "فروم" إلى القول بأن القوى الاجتماعية هي التي تقف وراء كثير من الظواهر التي نظن أنها بيولوجية .ويقف "فروم" عند اعتماد الطفل على والديه من جهة، ونزوعه إلى الاستقلال من جهة أخرى، في فهم أصول القلق، فالطفل يقضي فترة غير قصيرة من الزمن معتمداً على أمه. وهو يعتمد عليها في غذائه وأمنه وتنقله، وتقود هذه الفترة من الاعتماد عليها إلى الارتباط بقيود أولية. ولكن اعتماده على أمه ووالده كذلك يوفر له الأمن والطمأنينة، أما مواجهة العالم مستقلاً فتكشف له عن عجزه، وتولد

القلق لديه، ويكون القلق الأول وليد شعور الطفل بعجزه أمام ظروف العالم الخارجي حتى ينزع إلى الاستقلال والانفراد (منسي، 2004).

النظرية السلوكية

في إطار النظرية السلوكية يفسر القلق على أنه نتاج لعملية التعلم، والقلق ما هو إلا محصلة لشروط البيئة والعوامل المعرفية التي يتفاعل بها الإنسان مع البيئة المحيطة. بينما تفسر النظرية المعرفية على انه استجابة معرفية مكتسبة في البيئة وترتبط بكيف يدرك الأفراد كيف يقيمون بواسطة الآخرين (إبراهيم، 1994).

ويذكر زيلسكي (Zaleski, 1996) أن القلق من وجهة نظر السلوكية هو استجابة اشتراطيه لمثير لا يدعو للخوف أو القلق، ولكن تكرار هذه الاستجابة يؤدي إلى تضمينها حسب الاستعداد الشخصي للفرد، و القلق ما هو إلا استجابة الفرد للاستثارات المزعجة، بمعنى أنه استجابة خوف تستثار بمثيرات ليس من شأنه أن تثير هذه الاستجابة، وإنها اكتسبت القدرة على إثارة الاستجابة نتيجة عملية تعلم سابقة، فاستجابة القلق هي استجابة اشتراطيه كلاسيكية تخضع لقوانين التعلم .وهذه النظرية أهملت اللاشعور وركزت على الظاهر واعتمدت على المثير والاستجابة في تفسير ما للقلق واتفقت النظرية السلوكية مع التحليلية في أن القلق يرتبط بالماضي والخبرات السابقة التي سبق أن تعلمها في حياته الأولى.

وفي ذات السياق يرى دولارد وميللر بأن عصاب القلق هو نتائج خبرة الفرد وهو سلوك متعلم يخضع لقوانين التعلم التي يكون بعضها معروفاً وبعضها الآخر مجهولاً. كما يذكر دولارد وميلر بأن القلق ناتج عن صراع بين دافعين قويين يقودان الفرد إلى استجابة غير مناسبة، وأن العصابي شخص غير قادر على حل الصراعات، لأنه لا يفهم أسبابها بوضوح لأنها مبهمة لديه وهو عاجز لغوياً عن وصف القوى المتصارعة في نفسه وهو من وجهة نظرهما شخص تعيس وغير قادر على التمتع بالحياة، ويعاني من الأرق والقلق وعدم الشعور بالراحة والتهيج والكبت والمخاوف والصراعات. كما أن الأعراض العصابية التي تسبب له التعاسة تسهم

أيضاً في تخفيف صراعاته من خلال التجنب أو المواجهة أو السعي للحصول على المساعدة، لذلك تصبح هذه الأعراض معززة (Martin, 2002).

النظرية المعرفية

تقوم النظرية المعرفية لدى علمائها على مجموعة افتراضات تتركز حول الإمكانات التي يولد بها الفرد، والتي من خلالها يصبح منطقيا أولا منطقيا، فنجد لديه من ناحية الميل إلى تحقيق الذات والاهتمام بالآخرين، أو قد يصبح من ناحية أخرى مدمرا لذاته، ويتهرب من المسئولية ويكره الآخرين، وهذا يتوقف على الطريقة التي يفكر بها الفرد في نفسه وفي العالم الخارجي، ويذهب بيك إلى أن العصابي بشكل عام يتميز بتقييد الانتباه، وتقلص الوعي والتجريد (بيك، 2000).

ويرى المعرفيون أن القلق هو مجموعة من الخبرات التي مر بها الطفل، والتي أشعرته بعجز بسبب اختلال توازنه، مما ترتب عليه نقص في تراكيبه المعرفية الممثلة للخبرات التي من شأنها التقليل من هذا الشعور مما يُشعر الطفل بأنه دائماً في حالات نمائية لا تسمح له بتطوير أبنيته المرتبطة بالخبرات المهمة له مثل الخبرات المدرسية. ويمكن أن تستمر معه هذه الحالة في كل موقف يشعر فيه بنقص في المعرفة (حقي، 1995).

وترى النظرية المعرفية أن القلق حالة تحدث عندما يشعر الفرد بأن هناك خطر يتهدده، وعادة يرتبط القلق بتوتر انفعالي يصاحبه اضطرابات فسيولوجية مختلفة سواء أكان مصدره مواقف اختبارية أو مواجهة مشكلات حياتية أو خبرات غير مألوفة، أو كان مصدره غامضاً غير معلوم للشخص المصاب بالقلق (العبيدي، 2009).

النظرية الوجودية

يرى كيركيگارد (Kearkigard) أحد مؤسسي المدرسة الوجودية إن الاختيار يقود الفرد إلى القيام بالمخاطرة والتي بدورها تؤدي بالفرد إلى القلق (Swann, 2001). ويعتقد سارتر (Sarter) أن الإنسان ألقي به إلى الوجود على غير إرادة منه، ويمضي في الحياة بوصفه كائنا مغترباً يكابد القلق، واغترابه دائم لا يمكن قهره، وإن حدة الاغتراب والقلق تزداد لديه عندما يعاني من قهر الحرية و الاضطهاد واستلاب الذات (زهران، 1997). واهتم عالم النفس الوجودي ماي May بالقلق، حيث أكّد بأنه يعبّر عن شعور غامض وخوف عام ويعد جزءاً من الوجود الإنساني، وإدراك لوجود خطر داهم أو محتمل يهدد قيمة أساسية لوجوده (رضوان، 2007).

والمفهوم الأساس للنظرية الوجودية هو إحساس الفرد بانعدام الشيء في حياته، والتي قد تكون غير مريحة أكثر من قبول حتمية الموت، ولا يوجد محفز معين واضح لإحساس القلق المزمن، لذا فإن القلق هو استجابة لانعدام الوجود والمعنى، إذ أشار فيشر (Fischer, 1988)إلى أن للقلق خاصية إنسانية وليست حيوانية، ومجموعة معقدة من المخاوف التي رغم كونها عدماً في ذاتها إلا إنها تطور ذاتها. أما وجهة نظر التحليل الوجودي للقلق، فهو يعني بالخصائص الرئيسية لوضعية الإنسان وخوفه من عدم وجوده بصورة أساسية وهكذا تركز الوجودية على محاولات الفرد، لأن يجعل معنى لحياته، وأنه لا يمكن أن تحقق شخصيته ما لم يعش خبرة القلق ويعانيه (sharf, 2004).

القلق من المنظور الإسلامي

كفل المنهج الإسلامي للنفس البشرية حمايتها من الاضطرابات والخلل حيث أفاض على القلوب الطمأنينة وعلى العقول السليمة النضج والوعي، وقد اتفق الكثير من علماء النفس على أن الإيمان بالله هو أساس الاطمئنان النفسي والوقاية من القلق الذي يسيطر على النفس الخاوية من الإيمان فنقص المعرفة واليقين والثقة بالله تعالى التي هي أساس العلاقة بين الإنسان وخالقه تؤدي إلى وقوع المشكلات سواء أشبعت تلك الحاجات أو

كان الحرمان والافتقار مصيرها . ويرى الغزالي أن القلق هو عبارة عن تألم القلب واحتراقه بسبب مكروه في المستقبل (الأقصري، 2003).

وقد أورد القران الكريم في العديد من الآيات وصفاً لحالة القلق بمفهومة النفسي الحديث، وهو الشعور بالخوف الزائد من شر متوقع في المستقبل وإحساسا بالعجز عن مواجهة هذا الشر، فآدم عليه السلام عندما أكل من الشجرة وعصا أمر ربه، شعر بالذنب وانتابه خوف زائد من فقدان حب لله ومن المجهول الذي ننتظره بعد ذلك (أحمد، 2003).

ويروي ابن كثير في تفسيره قصة تؤيد هذا التحليل لحالة آدم النفسية في موقف العصيان فيروي حديث عن ابن عباس رضي لله عنه جاء فيه" :فانطلق آدم عليه السلام مولياً في الجنة فعلقت برأسه شجرة من الجنة فناداه لله يا آدم أمني تفر؟ "(ابن كثير، د.ت1341)

ويمكن القول أن هناك عدة أسباب للقلق من الناحية الدينية :ومنها على سبيل المثال الجهل والضلال الذي يعانيه كثير من الناس في الحياة الدنيا؛ لجهلهم بالسبب الحقيقي من وراء خلقهم، ومحاولة الكثير لإشباع حاجاتهم بشكل غير مناسب؛ والسعي لإشباع الحاجات الجسدية بشكل مفرط على حساب الحاجات النفسية والروحية، ومن الأسباب أيضاً؛ الانحراف عن الطريق المستقيم الذي أراده الله لنا . وإذا ما أحست النفس الإنسانية في ذاتها بالتواء عن الطريق القويم فإن القلق يكون لها حليفاً؛ لأن القلق سمة إنسانية في حدود الحالات المقبولة، فكلما كانت النفس خيرة فإنها تدفع الشخص إلى النزوع للخير أما إذا كانت تنزع إلى الشر والعدوان فإنها تدفعه إلى أن يسلك سلوكيات تتوافق مع ذلك (أبو عطية، 2000).

التوافق الجامعي

تعريف التوافق الجامعي

تعددت مفاهيم التوافق لما له من أهمية في تحقيق طموحات الفرد، وتحقيق الشعور بالسعادة، وسنتعرض لمفاهيم التوافق، بصفة عامة والتوافق مع الحياة الجامعية بصفة خاصة، وأبعاده فيما يلي:

يُعّرف بركات (2006؛ 22) التوافق بأنه تلازم وتناغم علي مستوى الأعماق ما بين الفرد وبيئته، ويظل التواؤم في مستوى السطح لا يزيد على أن يكون مجرد مسايرة ومجاراة للبيئة المحيطة، في حين يأخذ التوافق دوراً إيجابياً أي أنه ينفعل للبيئة كما أن البيئة تنفعل له، بمعنى أنه قادر على تغيير ظروف البيئة لحدوث توافق في بعض الأحيان، فهو بذلك يختلف عن الحيوان في تكيفه، حيث أن تكيف الحيوان هو مجرد مسايرة ومجار اة لظروف البيئة المحيطة أي مواءمة فقط، أما الإنسان فهو يتكيف من أجل التوافق. ويرى الزيادي(1988) التوافق بأنه توازن ثابت بين الكائن وما يحيط به، فلا يكون ثمة تغير تنبيه لا يثير استجابة ولا تبقي حاجة غير مشبعة، بل جميع وظائف استمرارية الكائن تتقدم بشكل سوي، كما يعني التوافق حال العلاقة الانسجامية مع البيئة التي يكون فيها المرء قادراً على تحصيل الإشباع لمعظم حاجاته ومواجهة متطلباته الجسمية والاجتماعية.(Grayson J. 2003).

وعرّف جاريسون (Grayson, 2003: 412) التوافق بأنه تعديلات في السلوك أو الأفكار التي تمكن الكائن من أحداث تغيرات بيئية بطريقة تتفق مع بيئته وقدراته الفكرية. ويرى بروسر (Prosser, 2005) أن التوافق النفسي يتضمن إشباع حاجات الفرد ودوافعه بصورة لا تتعارض مع معايير المجتمع وقيمة، ولا تورط الفرد في محظورات تعود عليه بالعقاب ولا تضر بالأخرين أو بالمجتمع. فالفرد المتوافق توافقاً حسناً هو الذي ينجح في تحقيق التوازن بين كل هذه الأمور، فالجائع الذي يسرق الطعام ومعه المال الذي يمكنه من شرائه فهو فرد سيء التوافق، بينما إذا اشتراه كان حسن التوافق.

وعرّف زهران (1997: 21) التوافق النفسي بأنه عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته، وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة، كما يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة، كما يتضمن التوافق النفسي

السعادة مع النفس والرضا عن النفس وإشباع الدوافع، والحاجات الداخلية الأولية الفطرية والعضوية والفسيولوجية والثانوية.

وفيما يتعلق بالتوافق الجامعي ، فقد عرفه لينز (Lenz, 2006: 23) بأنه " التوجه نحو إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين والشعور بالاستمتاع بتلك العلاقات، ويشتمل على أربعة أبعاد رئيسية هي البعد الاجتماعي، والبعد الانضباطي، والبعد الانفعالي، والبعد الدراسي".

أمّا حبايب وأبو مرق(2009) فيعرفان التوافق الجامعي بأنه " القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مثمرة وممتعة مع الآخرين"، في حين أشار حشمت وباهي(2006) أن التوافق الجامعي هو مجموعة الأنشطة التي يقوم بها الفرد لإشباع حاجة أو التغلب على صعوبة أو اجتياز معوق أو العودة إلى حالة التوافق والتلاؤم والانسجام مع البيئة المحيطة.

ويرى الباحث أن الآراء السابقة تتفق في نقاط متشابهة وأحياناً تتكامل فقد أجمعت التعريفات على النقاط التالية:

- يعني التوافق قدرة الإنسان على تغيير بيئته والقيام بدور إيجابي فيها.
- يعني التوافق السلوك الذي يهدف به الشخص لتحقيق نجاح في موقف معين، أو يقوم به لتحاشي الأضرار قدر الإمكان.
- يعني التوافق وصول الإنسان إلى مستوى أفضل من الصحة النفسية تغيب فيه الصراعات والتوترات وتتواجد معه علاقات إيجابية مع الآخر قدر المستطاع.
- التوافق عملية مستمرة يعدل فيها الفرد ما يستطيع من سلوكه وبيئته الطبيعية والاجتماعية، مع تقبل ما لا يستطيع تعديله.
- يؤدي التوافق إلى إشباع متطلبات الفرد بما لا يتعارض مع قيم المجتمع.

أبعاد التوافق الجامعي

يشتمل مفهوم التوافق مع الحياة الجامعية على أربعة أبعاد رئيسية ذكرها الروسان(2001) كالآتي:

التوافق الأكاديمي – Academic Adjustment يشير إلى قدرة الطالب على التوافق مع الحياة الجامعية، والوصول إلى حالة من الرضا النفسي عن أدائه الأكاديمي، وإحساسه بحالة من التناغم في علاقاته مع أساتذته، وزملاء الدراسة، ومع البيئة الجامعية.

التوافق الاجتماعي – Social Adjustment يشير إلى حالة التوافق بين الفرد والبيئة المحيطة به، وهي عملية ديناميكية مستمرة تهدف إلى تعديل سلوك الفرد في سبيل التغلب على الصعوبات التي تقف حائلاً بينه وبين إقامة علاقة ودية حميمة بينه وبين نفسه من جهة، وبينه وبين البيئة المحيطة من جهة أخرى.

التوافق الشخصي / العاطفي – Personal – Emotional Adjustment ويشير إلى نشاط يقوم به الطالب الجامعي، ويحقق له قدراً من الرضا عن الذات، والثقة بالنفس، والقدرة والمهارة على إشباع حاجاته ودوافعه دون إحباط من البيئة المحيطة به، والإحساس يتقبل القيم والاتجاهات الجامعية، والمشاركة في الأنشطة الجامعية المختلفة، ويهدف أيضاً إلى الكشف عن تحقيق أكبر قدر ممكن من التوافق في العلاقات العاطفية الإيجابية مع الجنس الآخر، والتفاعل الإيجابي معها.

الالتزام بتحقيق الأهداف – Attachment / Gool Commitment ويشير إلى قدرة الطالب الجامعي على إشباع حاجاته، ومتطلباته النفسية والاجتماعية، والدراسية، وتحقيق نجاحاً في الأهداف التي وضعها أثناء دخول البيئة الجامعية من خلال مكوناتها الأساسية، الأساتذة، الزملاء، والأنشطة الاجتماعية والترفيهية، وتحقيق التوافق الدراسي وفي هذا المجال يضيف زهران (1997) أبعاداً تشمل:

أ – التوافق الشخصي النفسي: ويتضمن السعادة مع النفس والرضا عنها, وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية والفطرية والثانوية, ويعبر عن سلّم داخلي حيث يقل الصراع الداخلي, ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو, في مراحله المتتابعة.

ب – التوافق الاجتماعي: ويتضمن السعادة مع الآخرين، والالتزام بأخلاقيات المجتمع، ومسايرة المعايير الاجتماعية, والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغير الاجتماعي, والتفاعل الاجتماعي السليم، والعمل لخير الجماعة, والسعادة الزوجية, مما يؤدي إلى تحقيق " الصحة الاجتماعية".

ج – التوافق المهني: ويضم الاختيار المناسب للمهنة والاستعداد علماً وتدريباً لها والدخول فيها والإنجاز والكفاءة والإنتاج والشعور بالرضا والنجاح, ويعبر عنه العامل المناسب في العمل المناسب.

النظريات المفسرة للتوافق

نظرية التحليل النفسي

تستند نظرية التحليل النفسي على مسلمة مؤداه أن هناك حياة لاشعورية غير الحياة الشعورية التي يعيشها الفرد، ومسلمة أخرى هي أن الفرد يولد مزود بغرائز ودوافع معينة، وأن الحياة عبارة عن سلسلة من الصراعات يعقبها إشباعات أو إحباطات (فهمي، 1998) ، ويرى فرويد أن التوافق النفسي هو إشباع الغرائز والرغبات البيولوجية بالصورة التي تسمح بتجنب العقوبات الاجتماعية أو إدانة الذات، كما يرى فرويد أن عمليات التوافق الشخصي غالباً ما تكون غير شعورية، وأن الفرد لا يكون واعي بالأسباب الحقيقة للكثير من سلوكه، كما أن توافق الفرد مع المجتمع يمثل حل وسطاً بين الحاجات الداخلية للفرد والمطالب الخارجية للمجتمع، فهي تتبنى طابعاً اجتماعياً يتفق ومقتضات المجتمع، ويعني ذلك أن الفرد في حالة صراع بين دوافعه الشخصية التي لا يتقبلها المجتمع وبين المطالب الاجتماعية. وتفترض هذه النظرية وجود ثلاثة أجهزة هي الهو (Id) الأنا (Ego)، والأنا الأعلى(Super Ego)، وهي تشير إلى تكوينات وعمليات نفسية كفريق وفق مبادئ معينة في ظل توجيه الأنا، عندما يحدث صراعات بينها يظهر السلوك الشاذ وعدم التوافق (جابر، 1986).

وترى مدرسة التحليل النفسي التوافق على أنه قدرة الفرد على أن يقوم بعمليات العقلية والنفسية والاجتماعية على خير وجه، ويشعر أثناء القيام بها بالسعادة والرضا، فلا يكون خاضعاً لرغبات الأنا على أغلبه ليصير قوياً، بحيث يستطيع أن يوازن بين متطلبات كلاً ممن الهو وتحذيرات الأنا الأعلى ومقتضيات الواقع، وتظهر قسوة الأنا الأعلى البالغة في المرض العقلي، وذلك حين يرتد الأنا الأعلى ناكصاً إلى مراحل مبكرة من النمو النفسي كما يحدث للأنا الأعلى والهو، حيث تتحول الرغبات المدمرة للهو متخذاً من الأنا هدفاً له، ويظهر ذلك جلياً في ذهان السواء حيث يكون دور الأنا الأعلى هو القسوة والمذلة للأنا وعبر الفرويديوين الجدد" أريكسون، فروم، مواري"، عن استيائهم من وجهة نظر فرويد القاتمة للإنسان، إذ يرون أن بعض عمليات التوافق الشخصي تكون شعورية تماماً، وأن الإنسان يمكن أن يعبر عن دوافع غير أنانية تلقى التأيد الاجتماعي، بالإضافة إلى الغرائز والرغبات البيولوجية (بطرس، 2008).

النظرية السلوكية

يرى أصحاب المدرسة السلوكية أن الشخص المتوافق هو الشخص الذي استطاع أن يكون عادات سوية نتجت من خلال ارتباطات بين متغيرات حسية واستجابات جسمية، وعقلية، وانفعالية، واجتماعية دعمت بالإثابة وتكررت فتكونت عادة (حسونة، 2004). وكذلك يرى أصحاب المدرسة السلوكية أن التوافق يقوم عل ى مجموعة من العادات المناسبة والفعالة في معاملة الآخرين، والتي سبق وأن تعلمها الفرد وأدت إلى خفض التوتر عنده أو أشبعت دوافعه وحاجاته، وبذلك تدعمت وأصبحت سلوكاً يستدعيه الفرد كلما وقف في نفس الموقف مرة أخرى. (كتاني، 2008) ، ويرى واطسون وسكنر أن التوافق عبارة عن تعلم مجموعة من العادات السوية من البيئة، والتي يمكن عن طريقها إشباع الحاجات المختلفة، وأن تعلم هذه الاستجابات يتم بصورة آلية وبدون قصد

شعوري، وخاصة في السنوات المبكرة من العمر، ويضيفا أن الهدف الأساسي للمساعدة هو استبدال أو إحلال مجموعة من العادات النافعة، أو التكيفية محل العادات الضارة وغير التكيفية، هذا وقد عبر السلوكيون، المعرفيون أمثال باندورا وماهوني عن استيائهما من اعتقاد واطسون وسكنر بأن عمليات التوافق تتم بدون قصد وبصورة ميكانيكية عن طريق الإثابات البيئية حيث يرى باندورا، وماهوني أن بعض عمليات التوافق تتم بصورة قصدية تماماً (French & Scott, 1986).

يؤكد أصحاب النظرية السلوكية أن السلوك غير المتوافق يرجع إلى الخبرات التي مر بها الأطفال خاصة في المرحلة الأولى والتي تتسم بالاعتمادية على الوالدين، وسعي الأطفال الدائم للحصول على استحسانهم، وقد انتقد وولف (Wolf) هذه النظرية مؤكداً أن العديد من أنماط السلوك غير المرغوب تظل باقية حتى ولو لم يتم تعزيزها إيجابياً، ويرجع ذلك إلى أن الإنسان ليس مخلوقاً متعلماً فقط بل هو مخلوق مفكر، وأنه لا يتأثر فقط بالخبرات المباشرة" الوالدين" بل يتأثر أيضاً بالخبرات غير المباشرة مثل ملاحظة سلوك الآخرين، أو المعلومات التي يكتسبها عن طريق الاستماع للآخرين أو عن طريق القراءة (بطرس، 2008).

ويرى أصحاب النظرية السلوكية أن سلوك الإنسان ما هو إلا عبارة عن استجابة لمثير، وربطوا بين التوافق والبيئة الاجتماعية والفيزيقية، وأن التوافق هو العملية التي يتم من خلالها خفض حالة التوتر الناتجة عن الحافز الدافع، وأن التوافق يحدث حينما تحدث المسايرة الاجتماعية، لأن المسايرة من طبيعتها تجنب الصراع بين القوى الداخلية عند الفرد والضغوط الاجتماعية أي خضوع الفرد لتلك الضغوط الصريحة والضمنية، فيحكم الفرد ويعتقد ويتصرف متفقاً مع أحكام وعقائد وتصرفات الجماعة، وأن السلوك التوافقي هو الذي يؤدي إلى خفض التوتر ويميل الفرد إلى تعلم وتكرار السلوك التوافقي في المواقف التالية، ويكون ثباته على حساب عدد مرات التدعيم وقدر الإثابة التي يحصل عليها، وأن كل من السلوك والمعتقدات والإحساسات مقررة أو محسوبة مقدماً أي أنها منتجات للحوافز والضغوط البيئية، من أجل إشباعات يحصل عليها في المستقبل تكون هامة بالنسبة له (كتاني، 2008).

نظرية الاتجاه الإنساني

يرى ماسلو(Maslow) أن التوافق يرتبط بتحقيق الذات، وأن الكائن الحي ينشط ليحقق إشباعا لحاجاته، ويؤكد ماسلو أن سلوك الإنسان ليس محكوماً بالدوافع، بل محكوماً بالدوافع غير المشبعة فالفرد الذي يبحث عن التقدير والاحترام من الآخرين قد أشبع دافع الجوع، ولو لم يشبع هذا الدافع لما فكر في التقدير والاحترام، ويرى ماسلو أن الفرد المتوافق، يتصف بالتلقائية وتقبل الذات وتقبل الآخرين (Zhang, Frey & Bang, 2011).

ويضيف زهران(1997) أن التوافق يتحقق للفرد عندما تنمو الذات ويتبع الفرد الأساليب السلوكية التي تؤدي إلى إحداث التغيرات المناسبة في الذات الواقعية وإدخال خبرات جديدة بالتكوين الشخصي للفرد، وبالسم اح لهذه الخبرات أن تدخل ضمن التنظيم الشخصي، أو تنظيم الذات بطريقة شعورية فيزول الشعور بالتنافس والصراع الذي يهدد الفرد وبالتالي ينعدم الشعور بالتوتر ويتحقق التوافق.

معايير قياس التوافق

يشير الشاذلي (2001) إلى وجود عدد من المعايير للحكم على مستوى توافق الفرد النفسي والاجتماعي وتشمل المعيار الإحصائي, والقيمي, والطبيعي, والثقافي, والذاتي والإكلينيكي, ومعايير النمو الأمثل وفيما يلي نبذة مختصرة عن الفكرة التي يقوم عليها كل معيار:

أ –**المعيار الإحصائي:** يقوم هذا المعيار على تطبيق الأفكار الإحصائية لتحديد المتوافقين وغير المتوافقين، وذلك بإرجا ع سمات الفرد إلى المتوسط، فالشخص غير السوي هو الذي ينحرف عن المتوسط العام لتوزيع الأشخاص أو السمات أو السلوك, والمفهوم الإحصائي بذلك لا يضع في الاعتبار أن التوافق عند الشخص ينبغي أن يكون مصحوباً بالرضا عنده وبتوافقه مع نفسه.

ب **المعيار القيمي:** يستخدم المنظور القيمي مفهوم التوافق لوصف مدى اتفاق السلوك مع المعايير الأخلاقية وقواعد السلوك السائدة في المجتمع، أو الثقافة التي يعيش الفرد بها. وعلى هذا النحو ينظر للتوافق على أنه مسايرة السلوك – أي اتفاقه– مع الأساليب أو المعاني التي تحدد التصرف أو المسلك السليم في المجتمع. ولذلك فالشخص المتوافق هو الذي يتفق سلوكه مع القيم الاجتماعية السائدة في جماعته, وقد ينظر للتوافق بنظرة أخلاقية, وذلك في ضوء مبادئ أخلاقية أو قواعد سلوكية تقرّها ثقافة المجتمع.

ج– **المعيار الطبيعي:** ويشتق التوافق طبقاً لهذا المفهوم من حقيقة الإنسان الطبيعية, ويستخلص مفهوم التوافق طبقاً لهذا المعيار بناء على خاصيتين يتميز بهما الإنسان: وهما قدرة الإنسان على استخدام الرموز, وطول فترة الطفولة لدى الإنسان إذا ما قورن بالحيوان. والشخص المتوافق طبقاً لهذا المفهوم هو من لديه إحساس بالمسئولية الاجتماعية, كما أن اكتساب المثل والقدرة على ضبط الذات طبقاً لهذا المفهوم من معالم الشخصية المتوافقة.

د– **المعيار الذاتي:** هو التوافق كما يدركه الشخص ذاته فبصرف النظر عن المسايرة التي قد يبديها الفرد على أساس المعايير السابقة فالمحك الهام هنا ما يشعر به الشخص، وكيف يرى في نفسه الاتزان أو السعادة. أي أن السواء هنا إحساس داخلي وخبرة ذاتية فإذا كان الشخص وفقاً لهذا المعيار يشعر بالقلق أو التعاسة فهو يعد غير متوافق.

هـ– **المعيار الإكلينيكي:** يتحدد مفهوم التوافق أو الصحة النفسية في ضوء المعايير الإكلينيكية لتشخيص الأعراض المرضية, فالصحة النفسية تحدد على أساس غياب الأعراض والخلو من مظاهر المرض.

و– **معيار النمو الأمثل:** أدىّ قصور المعيار الإكلينيكي إلى تبني نظرة أكثر إيجابية في تحديد الشخصية المتوافقة يستند إلى حالة من التمكن الكامل من النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية، وليس مجرد الخلو من المرض.

ز- **المعيار النظري:** يعتمد تحديد التوافق وسوء التوافق على الخلفية النظرية لمستخدم المعيار, فعلى سبيل المثال يحدد التحليليون سوء التوافق بدرجة معاناة الفرد من الخبرات المؤلمة.

ويعد التوافق بالنسبة للشباب الجامعي مطلباً أساسياً لتحقيق التفوق والانجاز الأكاديمي من ناحية وتحقيق الصحة النفسية والعقلية من ناحية أخرى، حيث أشارت الدراسات التي تناولت الخصائص النفسية للطلاب الجامعيين أن القلق يرتبط بالتفوق النفسي ويؤثر على قدرة الطالب مواجهة المواقف الضاغطة، ومشاعر الإحساس بالأمن الطمأنينة، كما بينت الدراسات وجود علاقة ارتباط موجبة بين تدني القلق وزيادة التوافق النفسي عند الطالب (Bast, 2008)

كما يعد القلق والضغوط النفسية التي تصاحبه من أسباب سوء التوافق لدى الطالب؛ فالطالب حسن التوافق هو الذي يستطيع أن يواجه العقبات والصراعات بطريقة بناءة تحقق له إشباع حاجته ولا تعوق قدراته على الأداء والإنتاج (الداهري، 2008). والطالب الذي يمتلك اتجاهات اجتماعية ونفسية نحو زملائه في الدراسة، نجدة يحب العمل الجماعي، ويفضله عن ممارسته بمفردة، ويمتلك درجة مرتفعة من التوافق النفسي والاجتماعي (الخالدي، 2001).

الدراسات السابقة

حظي موضوع القلق بعدد وفير من الدراسات النفسية، إلا أن مستوى القلق ومدى ارتباطه بالتوافق الجامعي لم يحظ بالاهتمام المطلوب، وخاصة في البيئة الأردنية لذلك قام الباحث بالاطلاع على الأدب النظري وعلى ما تم إنجازه في هذا المجال بشكل عام. وقد قام الباحث بتقسيم الدراسات السابقة إلى محورين، شمل الأول الدراسات العربية بينما ضم المحور الثاني الدراسات الأجنبية. وتالياً عرض لأهم الدراسات السابقة حول هذا الموضوع بحسب تسلسلها التاريخي من الأحدث إلى الأقدم.

دراسات متعلقة بالقلق:

وقد قام (Ozen, Ercan, Irgil & Sigirli, 2010) بدراسة في تركيا هدفت إلى الكشف عن درجة انتشار القلق والعوامل المؤثرة فيه لدى طلاب الجامعات الأتراك. تكونت عينة الدراسة من (4850) طالبا وطالبة من تسعة جامعات حكومية تركية استجابوا على مقياس قلق الحالة لسبيلبيرجر بنسخته التركية ولاستبيان العوامل المؤثرة في القلق والذي تم إعداده لغايات الدراسة, وبعد جمع البيانات وتحليلها إحصائيا أشارت النتائج إلى أن نسبة انتشار القلق بين الطلبة كانت (36.7%) وكانت أعلى عند الذكور منها عند الإناث. وبينت الدراسة أن أهم العوامل المؤثرة في القلق لدى الطلبة كانت ضعف العلاقات العائلية وصعوبة المحاضرات وعدم التوافق النفسي والأكاديمي داخل حرم الجامعة. كما بينت الدراسة ان نسبة القلق تتزايد لدى الطالب وقت الامتحانات وفي حال التعرض لوعكات صحية مفاجئة.

أجريت (الأنصاري,2007) بدراسة هدفت الى معرفة نسبة انتشار القلق والاكتئاب بين الطلاب والطالبات في جامعة الكويت وجامعة السلطان قابوس، بالإضافة إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في كلٍ من القلق والاكتئاب. تكونت عينة الدراسة من (1870) طالباً وطالبة (952) من جامعة الكويت و (918 من جامعة السلطان قابوس، تراوحت أعمار العينة الكويتية (20.10سنة)، والعينة العمانية (23.63 سنة). وتم تطبيق مقياس الكويت للقلق من إعداد أحمد محمد عبد الخالق (2000)، وقائمة بيك الثانية للاكتئاب (1996). وبعد جمع البيانات وتحليلها إحصائيا بينت الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين الطلاب والطالبات في القلق والاكتئاب، وذلك لصالح الإناث.

قام (المحاميد, والسفاسفة, 2007) قام بدراسة تهدف إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعات الأردنية الرسمية، وأثر كل من متغيري الجنس والكلية والتفاعل بينهما على مستوى قلق المستقبل المهني، وتكونت عينة الدراسة من (408) طلاب وطالبات من طلاب الجامعات، منهم (198) من الذكور و(210) من الإناث، وطبق عليهم استبيان قلق المستوى المهني من إعداد الباحثين. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن أفراد العينة لديهم مستوى عالٍ من قلق المستقبل المهني، وأن هناك فروقًا دالة إحصائيًا

بين طلبة الكليات العلمية والإنسانية لصالح الكليات العلمية، في حين لم تظهر النتائج فروقًا دالة إحصائيًا تعزي إلى متغير الجنس، وفيما يتعلق بالتفاعل بين متغيري الكلية والجنس أشارت النتائج إلى أن هناك فروقًا دالة إحصائيًا تعزي إلى التفاعل ولصالح الذكور في الكليات العلمية.

أجرى (عثمان,2005) دراسة بدولة فلسطين هدفت إلى الكشف عن درجة القلق لدى طلبة جامعات الضفة الغربية وعلاقتها ببعض المتغيرات. تكونت عينة الدراسة من (604) طلاب من طلبة جامعة الخليل، بيت لحم، وبيرزيت في العام الأكاديمي 2006/2005. ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام قائمة القلق كحالة وكسمة من إعداد سبيلبيرجر وتعريب البحيري (1984) بعد التأكد من صدقها وثباتها وملاءمتها لبيئة الدراسة. وبعد جمع البيانات وتحليلها إحصائيا أشارت الدراسة أن درجة القلق سمة وحالة بين طلبة الجامعات الفلسطينية كانت متوسطة، وتبين وجود فروق تبعاً للجنس في قلق السمة لصالح الذكور، في حين لم يرتبط الجنس بقلق الحالة. وبينت الدراسة وجود فروق دالة تبعاً لمكان السكن (مدينة، قرية، مخيم) في درجة قلق السمة لصالح طلاب القرية، في حين لم تظهر فروق في قلق الحالة تبعا لمكان السكن. ولم تكشف النتائج عن وجود فروق تبعاً لمتغير الجامعة أو التخصص العلمي للطالب.

أجرى (الأحمد, 2001) دراسة في الجمهورية العربية السورية هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين كلٍ من سمة القلق وحالة القلق ومتغيري الجنس والتخصص العلمي، بالإضافة إلى الكشف عن الفروق في سمة القلق وحالة القلق بين الطلبة في كليات الآداب، الحقوق، الهندسة المدنية، وطب الأسنان من جهة، وإلى تحديد الفروق كذلك بين الذكور والإناث في هذه الكليات. تكونت عينة الدراسة من مجموعات أربع، تراوح عدد أفراد المجموعة الواحدة بين (66–73) طالباً وطالبة، وكان المجموع الكلي للعينة (278) طالباً وطالبة. وتم استخدام مقياس قائمة القلق لسبيلبيرجر الذي يتألف من مقياسين فرعيين هما حالة القلق وسمة القلق وترجمه البحيري(1984). وبعد جمع البيانات وتحليلها إحصائيا أشارت النتائج إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين متغيرات البحث في الكليات الأربع، بالإضافة إلى عدم وجود تأثيرٍ دال لمتغيري الجنس

والتخصص العلمي في كلٍ من سمة القلق وحالة القلق مع ارتفاع مستوى القلق لدى أفراد العينة بشكلٍ عام ولاسيما لدى الإناث.

دراسات متعلقة بالتوافق الجامعي:

أجرى (Abdullah, Elias, Mayhuddin & Uli,2011) دراسة في ماليزيا هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتوافق امع المجتمع الجامعي لدى طلبة السنة الأولى في الجامعات الماليزية الحكومية. تكونت عينة الدراسة من (250) طالباً يدرسون سنتهم الأولى في مختلف التخصصات في الجامعات الماليزية الحكومية. وقد تم تطبيق استبانة تم إعدادها لغايات الدراسة، وتم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل الانحدار الخطي. حيث أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط دالة بين الذكاء الانفعالي والتوافق الاجتماعي والأكاديمي لدى الطالب الجامعي في سنته الأولى، والتوافق الشخصي- الانفعالي، وبينت الدراسة أن الطالب الذي يتمتع بالذكاء الانفعالي هو الأفضل تحصيلاً والقدرة على الاختلاط والتواصل الاجتماعي في الحرم الجامعي وخارجه وهو الأقل عرضة للتوتر والقلق من غيره من الطلاب.

أجرى (حبايب, وأبو مرق, 2009) دراسة هدفت إلى معرفة واقع التوافق بمجالاته الأربعة (الاجتماعي، والدراسي، والانضباطي، والانفعالي) لدى طلبة جامعة النجاح، كما هدفت إلى معرفة الفروق في واقع التوافق تبعا للمتغيرات موضع الدراسة والتفاعل فيما بينها (الكلية، والجنس، وتغيير التخصص، والإقامة في مكان وجود الجامعة (ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحثان مقياس التوافق الجامعي أعده جمل الليل (1993). وتألفت العينة من (845) طالبا وطالبة منهم (346) طالبا و(499) طالبة في الفصل الدراسي الثانى 2007. وأسفرت النتائج عن أن واقع التوافق بجميع أبعاده الأربعة ايجابية لدى أفراد العينة، إذ جاء في المرتبة الأولى المجال الاجتماعي بنسبة (74.8%)، يليه الانفعالي (56.47%)، ثم الانضباطي (54.80%)، وأخيرا الدراسي

(51.53%)، كما أسفرت الدراسة عن عدم وجود فروق دالة إحصائيا في واقع التوافق في كل من المجال (الاجتماعي، والدراسي، والانضباطي) في متغير الكلية، وتبين وجود فروق في المجال الانفعالي لصالح الكليات الإنسانية، وكذلك عدم وجود فروق في المجالين الاجتماعي والانفعالي في متغير الجنس. في حين تبين وجود فروق في المجالين (الدراسي، والانضباطي) في متغير الجنس لصالح الذكور في المجال الانضباطي ولصالح الإناث في المجال الدراسي، كما أسفرت الدراسة عن عدم وجود فروق في المجال الانضباطي في متغير تغيير التخصص، بينما تبين وجود فروق دالة إحصائيا في المجالات (الاجتماعي، والدراسي، والانفعالي) وفقا لمتغير تغيير التخصص، لصالح الطلبة الذين لم يغيروا تخصصهم في المجالين الاجتماعي والدراسي، والدرجة الكلية للتوافق. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في متغير الإقامة في مكان تواجد الجامعة في المجالين (الانضباطي، والانفعالي) في حين كانت الفروق في المجالين (الاجتماعي، والدراسي) لصالح الطلبة الذين يقيمون في مكان وجود الجامعة.

أجرى (بركات,2006) دراسة هدفت إلى مقارنة التوافق الدراسي للمتزوجات وغير المتزوجات لدى طالبات جامعة القدس المفتوحة، ولتحقيق هدف الدراسة تم تطبيق استبانة التوافق الدراسي من تصميم الباحث على عينة قوامها (190) طالبة، وأشارت النتائج إلى أن الطالبات المتزوجات هن أكثر توافقاً، وعدم وجود فروق باختلاف التخصص ، والمستوى الدراسي.

قامت (الضبع, وآل سعود, 2004) بدراسة عامليه عن مشكلة الاغتراب لدى عينة من طالبات الجامعة السعوديات في ضوء عصر العولمة، وقد تكونت عينة الدراسة من 50 طالبة من طالبات كلية التربية بجامعة أم القرى، وكلية الآداب، وكلية الحاسب، واللغات والترجمة، تتراوح أعمارهن بين 18- 29 سنة، وقد أسفرت النتائج عن تصدر عامل الإحساس باللامعنى قمة مصادر الاغتراب لدى الطالبات ثم الإحساس بالعجز الاجتماعي، والانعزالية، وضعف المشاركة الاجتماعية، والإحساس بالغربة الاجتماعية، والحزن، والنفعية، ونقص المعايير، والتباعد الثقافي.

أجرى (Cemalcilar, 2003) دراسة في شيفلد ببريطانيا هدفت إلى معرفة ما إذا كان لعوامل الشخصية الخمسة الكبرى أثر على استثارة اليأس وعلاقته بالدعم الاجتماعي والتوافق النفسي، طبقت على عينة بلغت 42 طالب خريجا، و 50 طالبة من الخريجات، وقد توصلت النتائج إلى أن النساء اللاتي أحرزن درجات أعلى في العصابية يشعرن باليأس في وقت أسرع من الحاصلات على درجة منخفضة في عامل العصابية خصوصا في ظل عدم توافر شبكات دعم اجتماعي من الأسرة أو الأصدقاء وتدني نسبة التوافق النفسي لديهن، كما وجد أن النساء اللاتي أحرزن درجات عالية في الانفتاح على الخبرة استطعن إنجاز المهام بصورة أسرع من النساء اللاتي أحرزن درجات أقل بالنسبة لهذا المتغير، كما كانت هناك علاقة ذات دلالة بين متغير الانفتاح على الخبرة وإنجاز المهام وتوفر التوافق النفسي مع الذات ومع الآخرين، حيث كانت النساء اللاتي أحرزن درجات أعلى في الانفتاح على الخبرة أكثر إيجابية في هذا الإنجاز مقارنة بغيرهن ممن أحرزن درجات أقل في نفس العامل (الانفتاح على الخبرة).

دراسات بحث بالعلاقة بين القلق والتوافق الجامعي:

هدفت دراسة (Zaman, Atif, Shah & Faroq, 2010) والتي أجريت في الباكستان إلى تحليل أثر البيئة المثيرة للتوتر والمسببة للقلق لدى الطلبة. تكونت عينة الدراسة من (368) طالبا وطالبة، منهم (231) ذكور، (153) إناث تم اختيارهم بالطريقة الطبقية العشوائية من خمسة جامعات حكومية. ولتحقيق هدف الدراسة تم توزيع استبيان تم إعداده خصيصاً لتحقيق أهداف الدراسة. وبعد جمع البيانات وتحليلها بينت نتائج الدراسة أن مستوى القلق لدى الطلاب الذكور كان مرتفعاً، أما الإناث فقد اظهرن مستوى متوسطاً من القلق. وبينت الدراسة أن طلاب الضواحي والقرى أكثر قلقا من طلاب المدن، وبينت الدراسة أن أسباب القلق تعود للمشكلات الإدارية الجامعية وصعوبة المواد والرسوم المرتفعة، وعدم وجود توافق بين الطالب وبين الاتحادات المسؤولة عنه في الجامعة.

وقد أجرى (Barker, 2004) دراسة في جامعة شيفلد ببريطانيا، لمعرفة العلاقة بين التهيئة والدافعية والتوافق الجامعي، والضغط النفسي، والصحة النفسية، وكذلك تقييم أثر هذه التهيئة على أداء الطلبة نحو التوافق الجامعي. تكونت عينة الدراسة من طلبة السنة الثانية في جامعة شيفلد ببريطانيا وعددهم (2144) طالبا وطالبة في تخصص التربية استجابوا لمقياس تم إعداده خصيصا لغايات الدراسة. أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود علاقة بين التهيئة والدافعية على أداء الطلبة نحو التوافق الجامعي، بينما كانت هناك علاقة إيجابية في التوافق لدى الطلبة الذين يتصفون باتجاهات إيجابية نحو دخول الجامعة في أدائهم الأكاديمي، إذا حصلوا على نتائج أفضل في السنوات اللاحقة.

قام (قلندر,2003) بدراسة هدفت الى التعرف على القلق الاجتماعي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة الجامعة استخدمت الباحثة أداتين الأولى أداة القلق الاجتماعي المعدة من قبل جمال (1997) بعد التأكد من صدق الأداة وثباتها، واعدة ألباحثه مقياس للتكيف الدراسي, حسب الصدق الظاهري والبنائي واحتساب الثبات بطريقة إعادة الاختبار بعد أسبوعين من التطبيق الأول والتطبيق الثاني وطبقت ألباحثه الأداتين على عينة من طلبة الجامعة عددهم (435) طالبا وطالبه من التخصصات (الطبية والهندسية والعلمية والإنسانية) وتوصلت الدراسة إلى أنه توجد علاقة داله إحصائيا بين مستوى القلق الاجتماعي والتكيف الدراسي, وكان متوسط القلق الاجتماعي لطلبة الصف الأول متوسط بغض النظر عن متغير (الجنس، التخصص، موقع السكن). وكان مستوى التكيف لطلبة الصف الأول متوسط بغض النظر عن متغير (الجنس، التخصص، موقع السكن).

التعقيب على الدراسات السابقة

تضمن هذا الفصل مجموعة من الدراسات ذات العلاقة بالقلق لدى طلبة الجامعات مثل دراسات (الاحمد، 2001؛ عثمان، 2005؛ حبايب وابو مرق،2009) حيث بينت الدراسات تباين نسبة القلق عند طلبة الجامعات، تتراوح بين المتوسط والمرتفع، علاوة على العديد من العوامل المسببة للقلق, كما ضم هذا الفصل

مجموعة من الدراسات المتعلقة بالتوافق لدى طلبة الجامعات مثل دراسات سيملسيلر (Cemalcilar, 2003) وباركر (Barker, 2004)، وعبد الله و إيلاس ومحي الدين وأولي (Abdullah, Elias, Mayhuddin 2011 & Uli,) والتي بينت أهمية حصول التوافق الجامعي لدى الطالب في الجامعة لزيادة اندماجه في المجتمع الجامعي وتحسين تحصيله الأكاديمي.

وتتميز الدراسة الحالية عن هذه الدراسات في محاولتها الكشف عن مستويات القلق لدى الطلبة الجامعيين وعلاقة هذه المستويات بالتوافق الجامعي لديهم وخاصة في ظل ندرة الدراسات العربية وخاصة الأردنية حول هذا الموضوع.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل عرضاً لمنهجية الدراسة وعينتها وأدواتها، كما يتضمن هذا الفصل عرضاً للمعالجات الإحصائية التي استخدمت في الوصول إلى نتائج الدراسة.

منهجية البحث

إستندت الدراسة في منهجيتها على المنهج الوصفي: إعتماداً على جمع البيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلاً كمياً كافياً لإستخلاص دلالاتها والوصول إلى نتائج محددة لتحديد مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية (المركز) ، وعلاقتها بالتوافق الجامعي لديهم, ووصف طبيعة العلاقة بين متغيراتها وأسبابها وإتجاهاتها والتعرف على حقيقتها على أرض الواقع, ويتعدى هذا المنهج لمجرد جمع البيانات الوصفية حول

الظاهرة بل إلى التحليل والربط والتفسير لهذه البيانات وتصنيفها وقياسها وإستخلاص النتائج منها, وقد إرتكزت خطة الدراسة على الأطر الآتية:

1 -الإطار النظري: ويشمل هذا الإطار على المصادر والمراجع والدراسات السابقة وما تحتوي من نظريات ومفاهيم تتعلق بموضوع الدراسة.

2 -إطار جمع البيانات: ويشمل الدراسة الميدانية ودراسة مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية\ المركز وعلاقتها بالتوافق الجامعي لديهم والتعرف على المشاكل التي تواجة تلك الخدمة في منطقة الدراسة.

3 - إطار التحليل والتقييم إعتمدت الدراسة في تحليل البيانات على أسلوب التحليل الإحصائي للبيانات التي جمعت من خلال أداة الدراسة وتمت حوسبتها, وإعتمدت على برنامج (SPSS) للعلوم الإجتماعية, وإستخدمت برنامج (EXCEL) في عملية إدخال البيانات والرسومات البيانية.

4 -مصادر المعلومات: إرتكزت الدراسة على مصادر المعلومات التالية:

- المصادر المكتبية: وتشمل الكتب والمراجع والدوريات ورسائل الماجستير التي تتعلق بموضوع الدراسة.
- المصادر الرسمية: وتشمل احصائيات جامعة البلقاء التطبيقية\ المركز.
- مصادر غير رسمية: النشرات والتقارير التي تصدر عن الجهات غير الرسمية.
- الإستمارة (الأستبانة).

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من طلبة جامعة البلقاء التطبيقية المركز لمرحلة البكالوريوس للعام الجامعي 2013/2012 البالغ عددهم (8827) طالباً وطالبة وفقاً لإحصائيات جامعة البلقاء التطبيقية, وتم توزيع الطلبة حسب الكلية والمستوى الدراسي والجنس, والجدول (1) يبين توزيع مجتمع الدراسة:

الجدول (1)

توزيع مجتمع الدراسة حسب متغيرات الجنس والكلية والمستوى الدراسي

الكلية	المستوى	الجنس		المجموع
		ذكور	إناث	
كلية الأمير عبد الله بن غازي لتكنولوجيا المعلومات (علمية)	أولى	172	150	322
	ثانية	122	151	273
	ثالثة	131	130	261
	رابعة	173	158	331
كلية الأعمال (انسانية)	أولى	594	464	1058
	ثانية	542	515	1057
	ثالثة	489	442	931
	رابعة	656	523	1179
كلية السلط للعلوم الإنسانية (انسانية)	أولى	72	273	345
	ثانية	22	103	125
	ثالثة	7	72	79
	رابعة	11	112	123
كلية الزراعة التكنولوجية (علمية)	أولى	138	148	286
	ثانية	78	105	183
	ثالثة	59	84	143
	رابعة	44	103	147
كلية الهندسة	أولى	243	245	488

(علمية)	ثانية	185	221	406
	ثالثة	122	163	285
	رابعة	110	270	380
كلية العلوم (علمية)	أولى	53	173	226
	ثانية	12	56	68
	ثالثة	8	63	71
	رابعة	9	51	60
المجموع		4052	4775	8827

المصدر: التقرير الأحصائي لجامعة البلقاء التطبيقية 2014/2013

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (850) طالباً وطالبة، منهم (468 ذكور) و(382إناث) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من طلبة مرحلة البكالوريوس في جامعة البلقاء التطبيقية المركز في الفصل الثاني من العام الأكاديمي 2013/2012، حيث شكّلوا ما نسبته (10%) من المجتمع الأصلي؛ وروعي في اختيار عينة الدراسة متغيرات الجنس و التخصص والمستوى الدراسي، والجدول (2) يبين التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة حسب متغيرات الدراسة.

الجدول (2)

التكرارات والنسب المئوية حسب متغيرات الدراسة: الجنس؛ والتخصص؛ والمستوى الدراسي

	الفئات	التكرار	النسبة
الجنس	ذكر	468	55.1

	أنثى	382	44.9
التخصص	علمي	614	72.2
	إنساني	236	27.8
المستوى الدراسي	سنة أولى	116	13.6
	سنة ثانية	296	34.8
	سنة ثالثة	249	29.3
	سنة رابعة	189	22.2
المجموع		850	100.0

أدوات الدراسة

في ما يلي استعراض لأدوات الدراسة التي سوف تستخدم لجمع البيانات

مقياس القلق لتايلور

لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس تايلور للقلق بنسخته العربية، وقد قام فهمي وغالي (2013) بتعريب المقياس حيث يشمل (50) فقرة تقيس القلق، وقاما باستخراج معامل الثبات للمقياس حيث بلغ (0.857). وفي السياق العالمي، أجريت العديد من الدراسات للتأكد من ثبات هذا المقياس، فقد أجرى ماكدويل ونيويل (Macdowell & Newell, 1996) دراسة على (100) طالب جامعي للتأكد من ثباته، وقد تم تطبيقه (3) ثلاث مرات بفارق زمني مقداره ثلاثة أسابيع بين كل تطبيق على العينة نفسها ، وتبين أنّ معاملات الثبات كانت على التوالي (0.89)، و(0.82)، و(0.81)، كما بلغت معاملات الارتباط بحسب معادلة كودر– ريتشاردسون (0.78). وأجرى أنتوني وأورسيللو وروميير (Antony, Orsillo and Roemer, 2001) تحليلاً عاملياً للمقياس تبين من خلاله أن للمقياس قدرة كبيرة على تغطية جميع جوانب القلق الظاهر عند الفرد، وقد

أجري ثبات الاختبار بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار على عينة من الراشدين الأمريكيين بلغت (2100) رجل وامرأة من أعمار 18-45 سنة، ثم أعيد تطبيقه على العينة نفسها بعد أسبوعين، وتم استخراج معامل الثبات حيث بلغ (0.84). وهذا يعني مقبولية المقياس للتطبيق.مما يوفر خصائص سيكومترية مقبولة للمقياس.

وتم تصحيح المقياس بإعطاء كل استجابة تحمل (نعم) درجة واحدة، و الأستجابة (لا) درجة صفر , وتحسب درجة المفحوص من خلال جمع اجاباته على جميع الفقرات (بنعم)، وتفسّر النتيجة على المقياس كالآتي:

صفر – 16 لا يوجد قلق.

17- 20 قلق بسيط.

21- 26 قلق متوسط.

27- 29 قلق شديد.

30- 50 قلق شديد جداً.

صدق مقياس القلق الصريح لتايلور

(1) الصدق الظاهري

تم التحقق من دلالات صدق محتوى مقياس القلق بعرضه بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص بلغ عددهم (11) محكماً (ملحق 4)؛ وذلك بهدف الوقوف على دلالات الصدق الظاهري للأداة لتتناسب مع أغراض الدراسة وبيئتها الجديدة، وتم التحكيم وفق المعايير الآتية: ملاءمة الفقرات للمقياس، وسلامة صياغة الفقرات، ومدى وضوح المعنى من الناحية اللغوية. وقد قام المحكمون بتعديل لبعض الصياغات وتعديل مجموعة من الأخطاء الإملائية والمطبعية، بحيث تكون المقياس بصورته النهائية من (50) فقرة (ملحق،1).

(2) فاعلية الفقرات

لاستخراج دلالات فاعلية الفقرات المقياس، أستخرجت معاملات ارتباط فقرات المقياس مع الدرجة الكلية في عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة تكونت من (50) طالباً، حيث تم تحليل فقرات المقياس وحساب معامل تمييز كل فقرة من الفقرات، حيث أن معامل التمييز هنا يمثل دلالة للصدق بالنسبة لكل فقرة في صورة معامل ارتباط بين كل فقرة وبين الدرجة الكلية، وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرات مع الأداة ككل ما بين (0.57–0.90)، والجدول التالي يبين ذلك.

الجدول(3)

قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية

رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الأداة
1	**.77	14	**.73	27	**.84	40	**.81
2	**.66	15	**.65	28	**.75	41	**.70
3	**.72	16	**.75	29	**.71	42	**.77
4	**.75	17	**.78	30	**.80	43	**.78
5	**.76	18	**.66	31	**.82	44	**.73
6	**.74	19	**.72	32	**.65	45	**.85

رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الأداة
7	**.75	20	**.73	33	**.57	46	**.66
8	**.73	21	**.63	34	**.71	47	**.66
9	**.71	22	**.74	35	**.77	48	**.84
10	**.73	23	**.68	36	**.63	49	**.68
11	**.71	24	**.85	37	**.87	50	**.59
12	**.80	25	**.90	38	**.72		
13	**.72	26	**.79	39	**.80		

** دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01).

وتجدر الإشارة أن جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائيا ، ولذلك لم يتم حذف أي من هذه الفقرات.

(3) ثبات المقياس القلق الصريح لتايلور

للتأكد من ثبات المقياس في البيئة الجديدة ، فقد تم التحقق بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test–retest) بتطبيق الاختبار، وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين على مجموعة من خارج عينة الدراسة مكوّنة من (50) طالباً، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين اذ بلغ (0.89). وتم أيضاً حساب

معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب كودر ريتشاردسون – 20، اذ بلغ (0.94) واعتبرت هذه القيم ملائمة لغايات هذه الدراسة.

ثانياً:مقياس التوافق الجامعي

لغايات تحقيق أهداف الدراسة، قام الباحث ببناء مقياس للتوافق الجامعي، من خلال إتباع الخطوات الآتية:

1. الاطلاع على المقاييس السابقة المستخدمة في الدراسات التي بحثت في مجال التوافق ومنها (قلندر، 2003، بركات، 2006). واختيار فقرات منها تقيس مظاهر التوافق الجامعي.
2. صياغة الفقرات بما يتناسب وأهداف، ومجتمع الدراسة وعينتها وبيئتها.
3. استخدام تدريج ليكرت الخماسي وهي: (كبيرة جداً، كبيرة، متوسطة، قليلة، قليلة جداً). بحيث تكون درجاتها على التوالي: (5،4، 3، 2، 1).

(1)فاعلية فقرات مقياس التوافق الجامعي

لاستخراج دلالات صدق البناء للمقياس، استخرجت معاملات ارتباط فقرات المقياس مع الدرجة الكلية في عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة تكونت من (50) طالباً، حيث تم تحليل فقرات المقياس وحساب معامل تمييز كل فقرة من الفقرات، حيث أن معامل التمييز هنا يمثل دلالة فاعلية كل فقرة في صورة معامل ارتباط بين كل فقرة وبين الدرجة الكلية من جهة، وبين كل فقرة وبين ارتباطها بالمجال التي تنتمي إليه، وبين كل مجال والدرجة الكلية من جهة أخرى، وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرات مع الأداة ككل ما بين (0.31-0.77)، ومع المجال يبين (0.48-0.84) والجدول (4) يبين ذلك.

الجدول(4)

قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية والمجال التي تنتمي إليه

رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع االمجال	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية
1	**.66	**.47	13	**.71	**.60	25	**.74	**.66
2	**.68	**.50	14	**.63	**.51	26	**.72	**.66
3	**.48	.31(*)	15	**.69	**.67	27	**.83	**.73
4	**.62	**.56	16	**.70	**.71	28	**.79	**.71
5	**.57	.32(*)	17	**.66	**.65	29	**.65	**.69
6	**.69	**.54	18	**.66	**.64	30	**.77	**.70
7	**.67	**.59	19	**.65	**.61	31	**.66	**.60
8	**.72	**.72	20	**.76	**.66	32	**.71	**.66
9	**.79	**.70	21	**.83	**.65	33	**.84	**.71
10	**.80	**.77	22	**.78	**.62	34	**.84	**.66
11	**.66	**.71	23	**.68	**.52	35	**.78	**.70
12	**.62	**.48	24	**.81	**.76			

* دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05).

** دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01).

وتجدر الإشارة أنّ جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائيا ، ولذلك لم يتم حذف أي من هذه الفقرات.

الجدول (5)

قيم معاملات الارتباط بين المجالات ببعضها والدرجة الكلية

	توافق شخصي	توافق أكاديمي	توافق اجتماعي	توافق انفعالي	التوافق ككل
توافق شخصي	1				
توافق أكاديمي	.728**	1			
توافق اجتماعي	.571**	.765**	1		
توافق انفعالي	.644**	.738**	.698**	1	
التوافق ككل	.805**	.915**	.882**	.896**	1

* دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05).

** دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01).

ثبات مقياس التوافق الجامعي

للتأكد من ثبات أداة الدراسة، فقد تم التحقق بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test–retest) بتطبيق الاختبار، وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين على مجموعة من خارج عينة الدراسة مكوّنة من (50) طالباً، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين.

وتم أيضاً حساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا، والجدول رقم (6) يبين معامل الاتساق الداخلي وفق معادلة كرونباخ ألفا وثبات الإعادة للمجالات والأداة ككل واعتبرت هذه القيم ملائمة لغايات هذه الدراسة.

الجدول (6)

قيم معامل الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا وثبات الإعادة للمجالات والدرجة الكلية

المجال	ثبات الإعادة	الاتساق الداخلي
توافق شخصي	0.84	0.79
توافق أكاديمي	0.87	0.84
توافق اجتماعي	0.83	0.90
توافق انفعالي	0.85	0.90
التوافق ككل	0.86	0.95

تصحيح المقياس

تكون المقياس من (35) فقرة جميعها ايجابية وكان نمط الاستجابة عليها (أوافق، وافق إلى حد ما، لا أوافق) وقد أُعطيت الدرجات (1؛2؛3؛4) على التوالي. ولتفسير استجابات عينة الدراسة على مقياس التوافق النفسي اعتمد الباحث المعيار الإحصائي الآتي لتفسير استجابات أفراد الدراسة:

- 1.00- 2.33 مستوى توافق متدنٍ.
- 2.34- 3.66 مستوى توافق متوسط.
- 3.67 فأكثر

إجراءات الدراسة

لغايات تحقيق أهداف الدراسة تم إتباع الإجراءات الآتية:

- تحديد عدد أفراد مجتمع الدراسة من خلال الرجوع إلى عمادة شؤون الطلبة في جامعة البلقاء التطبيقية.
- إعداد أداتي الدراسة بصورتهما النهائية، بعد التأكد من دلالات صدقهما وثباتهما .
- الحصول على كتاب تسهيل مهمة لأجل الحصول على البيانات اللازمة لتحقيق أهداف الدراسة (ملحق رقم 3)
- توزيع أداتي الدراسة على أفراد العينة وإعطائهم الوقت الكافي في الإجابة على فقرات المقياس، و جمع البيانات وتدقيقها، والتأكد من صلاحيتها لأغراض التحليل الإحصائي، ومن ثم إدخالها في ذاكرة الحاسوب، واستخدام التحليل الإحصائي (SPSS) لتحليل البيانات.

متغيرات الدراسة

شملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

أولا- المتغيرات المستقلة: وتشمل الآتي:

- الجنس، وله فئتان، هما: (ذكر، أنثى).

- التخصص، وله فئتان، هي (علمي، إنساني).

- المستوى الدراسي وله أربعة فئات (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة، سنة رابعة).

ثانياً- المتغيرات التابعة: وتشمل

- القلق. ؛ التوافق الجامعي.

الأساليب الإحصائية المستخدمة

للإجابة عن أسئلة الدراسة قام الباحث بـإستخدام المعالجات الإحصائية المناسبة لهذه الدراسة على النحو الآتي:

- للإجابة عن السؤال الأول تم استخراج التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية.
- للإجابة عن السؤال الثاني تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية.

- للإجابة عن السؤال الثالث تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية حسب الجنس والمستوى الدراسي والتخصص . ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام تحليل التباين الثلاثي.

- للإجابة عن السؤال الرابع تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية حسب الجنس والمستوى الدراسي والتخصص.

– للإجابة عن السؤال الخامس تم استخراج معامل ارتباط بيرسون بين مستويات القلق والتوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في الأردن.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة، والتي تم التوصل إليها بعد إدخال البيانات إلى الحاسوب، وتحليلها باستخدام برنامج التحليل الإحصائي (SPSS)، وقد جاءت نتائج الإجابة عن أسئلة الدراسة على النحو التالي:

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية، والجدول (7) يوضح ذلك.

الجدول (7)

التكرارات والنسب المئوية المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية

مستوى الاستجابة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
لا قلق	0	0	0	0
(قلق متدن)	189	22.2	43.96	16.270
قلق متوسط	42	4.9		
قلق شديد	42	4.9		
قلق شديد جدا	577	67.9		
المجموع	850	100.0		

يبين الجدول (7) أن مستوى القلق الشديد جدا حصل على أعلى تكرار بلغ (577) وبنسبة مئوية (67.9)، تلاه لا قلق بتكرار بلغ (189) وبنسبة مئوية (22.2)، بينما جاء القلق المتوسط والشديد بتكرار بلغ (42) وبنسبة مئوية (4.9)، وبلغ المتوسط الحسابي للقلق (34.96).

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:ما مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية ؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية، والجدول (8) يوضح ذلك.

الجدول (8)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	مجال التوافق	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	3	اجتماعي	3.12	.484	متوسط
2	2	أكاديمي	3.10	.492	متوسط
3	1	شخصي	3.08	.390	متوسط
4	4	انفعالي	3.01	.567	متوسط
		الكلي	3.08	.433	متوسط

يبين الجدول (8) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت مابين (3.01-3.12)، حيث جاء التوافق الاجتماعي في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3.12) وبدرجة متوسطة، بينما جاء التوافق الانفعالي

في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.01) وبدرجة متوسطة، وبلغ المتوسط الحسابي للتوافق ككل (3.08) وكانت درجة التوافق الكلية متوسطة.

وقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كل مجال على حدة، حيث كانت على النحو التالي:

المجال الاول: التوافق الشخصي

الجدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال التوافق الشخصي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	2	لا تنقصني الثقة بالنفس	3.18	.531	متوسط
1	6	أضع لنفسي أهدافا وأسعى لتحقيقها بقوة	3.18	.562	متوسط
3	7	أتصرف بمرونة في أموري الشخصية	3.14	.650	متوسط
4	5	اشعر بالأمن الشخصي	3.12	.557	متوسط
5	4	لا أتردد في اتخاذ القرارات	3.11	.636	متوسط
6	3	اكرر المحاولة إلى أن انجح	3.00	.525	متوسط
6	8	اشعر باني أفضل من غيري من الناس	3.00	.765	متوسط
8	1	اشغل نفسي بكل ما يثير اهتمامي يوميا	2.95	.539	متوسط
		التوافق الشخصي	3.08	.390	متوسط

يبين الجدول (9) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت مابين (2.95–3.18)، حيث جاءت الفقرتان رقم (2) ونصهما "لا تنقصني الثقة بالنفس" و"أضع لنفسي أهدافا وأسعى لتحقيقها بقوة" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.18) وبدرجة توافق متوسطة ، بينما جاءت الفقرة رقم (1) ونصها "اشغل نفسي بكل ما يثير اهتمامي يوميا" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.95) وبدرجة توافق متوسطة. وبلغ المتوسط الحسابي للمجال ككل (3.08).

المجال الثاني : التوافق الأكاديمي

الجدول (10)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال التوافق الأكاديمي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	11	يحترمني زملائي	3.20	.727	متوسطة
2	16	اشعر أن أهدافي الدراسية واقعية وقابلة للتحقيق	3.18	.560	متوسطة
3	12	يحترمني أعضاء هيئة التدريس	3.14	.680	متوسطة
4	10	تتفق دراستي مع ميولي واهتماماتي	3.12	.671	متوسطة
5	14	استخدم جميع مرافق الجامعة دون مشكلات	3.11	.609	متوسطة
6	9	اشعر بالفرح بداية كل فصل دراسي	3.04	.741	متوسطة

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
6	15	اشعر بالراحة النفسية في أوقات الاختبارات	3.04	.716	متوسطة
8	13	اشعر بالسعادة أثناء الدراسة	2.99	.821	متوسطة
		التوافق أكاديمي	3.10	.492	متوسطة

يبين الجدول (10) ان المتوسطات الحسابية قد تراوحت مابين (2.99-3.20)، حيث جاءت الفقرة رقم (11) والتي تنص على "يحترمني زملائي" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.20) وبدرجة توافق متوسطة، بينما جاءت الفقرة رقم (13) ونصها "اشعر بالسعادة أثناء الدراسة" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.99) وبدرجة توافق متوسطة . وبلغ المتوسط الحسابي للمجال ككل (3.10).

المجال الثالث: التوافق الاجتماعي

الجدول (11)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال التوافق الاجتماعي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	22	علاقتي حسنة مع الزملاء	3.27	.631	متوسطة
2	24	املك القدرة على التصرف في المواقف المحرجة	3.18	.719	متوسطة
2	25	أتطوع في الأعمال الاجتماعية والخيرية	3.18	.669	متوسطة
4	18	اشعر بالتالف مع زملائي	3.14	.652	متوسطة
5	21	أراعي شعور الآخرين	3.13	.645	متوسطة
5	23	علاقتي ناجحة مع أعضاء هيئة التدريس	3.13	.589	متوسطة
7	26	أجد سهولة في الاختلاط بالآخرين	3.11	.607	متوسطة
8	17	ظروفي المحيطة سهلة التغيير	3.07	.608	متوسطة
9	20	اشعر أن معظم زملائي يحبونني	3.04	.669	متوسطة
10	19	أتقبل نقد الطلاب الآخرين بصدر رحب	2.99	.705	متوسطة
		التوافق اجتماعي	3.12	.484	متوسطة

يبين الجدول (11) ان المتوسطات الحسابية قد تراوحت مابين (2.99-3.27)، حيث جاءت الفقرة رقم (22) والتي تنص على "علاقتي حسنة مع الزملاء " في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.27) وبدرجة توافق متوسطة، بينما جاءت الفقرة رقم (19) ونصها "أتقبل نقد الطلاب الآخرين بصدر رحب" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.99) وبدرجة توافق متوسطة. وبلغ المتوسط الحسابي للمجال ككل (3.12).

المجال الرابع: التوافق الانفعالي

الجدول (12)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال التوافق الانفعالي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	32	لا اشعر غالبا بالضغط والاكتئاب	3.07	.715	مرتفع
2	30	من الصعب أن يمتلكني الغضب إذا تعرضت لما يثيرني	3.06	.819	مرتفع
3	29	حياتي هادئة ومستقرة عاطفيا	3.05	.628	مرتفع
4	31	اشعر دائما بالراحة النفسية	3.00	.668	متوسطة
4	33	لا أشكو من القلق	3.00	.669	متوسطة
6	28	أتماسك عندما أتعرض لصدمات انفعالية	2.99	.839	متوسطة
7	34	لم يحدث أن نغصت حياتي مشكلة انفعالية	2.97	.808	متوسطة
7	35	يتسم سلوكي بالهدوء والرزانة	2.97	.639	متوسطة
9	27	مزاجي دائما ثابت وهادئ	2.95	.776	متوسطة
		التوافق انفعالي	3.01	.567	متوسطة

يبين الجدول (12) ان المتوسطات الحسابية قد تراوحت مابين (2.95−3.07)، حيث جاءت الفقرة رقم (32) والتي تنص على "لا اشعر غالبا بالضغط والاكتئاب " في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.07)وبدرجة توافق متوسطة، بينما جاءت الفقرة رقم (27) ونصها "مزاجي دائما ثابت وهادئ" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.95) وبدرجة توافق متوسطة. وبلغ المتوسط الحسابي للمجال ككل (3.01).

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) في مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في ضوء الجنس والمستوى الدراسي والتخصص (علمي، إنساني)؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية حسب الجنس والمستوى الدراسي والتخصص والجدول أدناه يبين ذلك.

الجدول رقم (13)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية حسب الجنس والمستوى الدراسي والتخصص

المتغير	المستوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد
الجنس	ذكر	33.26	17.641	468
	أنثى	37.05	14.160	382
التخصص	علمي	33.79	16.574	614
	إنساني	38.00	15.067	236
المستوى الدراسي	سنة أولى	41.38	9.793	116
	سنة ثانية	38.02	16.574	296
	سنة ثالثة	33.21	14.665	249
	سنة رابعة	28.56	18.348	189

يبين الجدول (13) تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية بسبب اختلاف فئات الجنس والمستوى الدراسي والتخصص ، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام تحليل التباين الثلاثي جدول (13).

الجدول (14)

تحليل التباين الثلاثي لأثر الجنس والمستوى الدراسي والتخصص على مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس	2807.246	1	2807.246	11.851	.001
التخصص	7594.070	1	7594.070	32.060	.000
المستوى الدراسي	16840.267	3	5613.422	23.698	.000
الخطأ	199921.586	844	236.874		
الكلي	224753.869	849			

يتبين من الجدول (14) الآتي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) تعزى لأثر الجنس، حيث بلغت قيمة ف 11.851 وبدلالة إحصائية بلغت 0.001، وجاءت الفروق لصالح الإناث.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) تعزى لأثر التخصص، حيث بلغت قيمة ف 32.060 وبدلالة إحصائية بلغت 0.000، وجاءت الفروق لصالح التخصصات الإنسانية.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) تعزى لأثر المستوى الدراسي، حيث بلغت قيمة ف 23.698 وبدلالة إحصائية بلغت 0.000، ولبيان الفروق الزوجية الدالة إحصائيا بين المتوسطات الحسابية تم استخدام المقارنات البعدية بطريقة شفيه كما هو مبين في الجدول (14).

الجدول (15)

دلالة المقارنات البعدية بإستخدام إختبار شفيية للمستوى الدراسي

المستوى الدراسي	المتوسط الحسابي	سنة أولى	سنة ثانية	سنة ثالثة	سنة رابعة
سنة أولى	41.38				
سنة ثانية	38.02	3.36			
سنة ثالثة	33.21	*8.17	*4.81		
سنة رابعة	28.56	*12.82	*9.46	*4.65	

* دالة عند مستوى الدلالة (α = 0.05).

يتبين من الجدول (15) الآتي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) بين السنة الأولى من جهة وبين كل من السنة الثالثة والسنة الرابعة من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح السنة الأولى.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) بين السنة الثانية من جهة وبين كل من السنة الثالثة والسنة الرابعة من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح السنة الثانية.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) بين السنة الثالثة وبين السنة الرابعة، وجاءت الفروق لصالح السنة الثالثة.

النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) في مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في ضوء الجنس والمستوى الدراسي والتخصص؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية حسب الجنس والمستوى الدراسي والتخصص والجدول أدناه يبين ذلك.

الجدول (16)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية حسب الجنس والمستوى الدراسي والتخصص

المتغير	المستوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد
الجنس	ذكر	3.17	.360	468
	أنثى	2.97	.485	382
التخصص	علمي	3.07	.445	614
	إنساني	3.10	.399	236
المستوى الدراسي	سنة أولى	3.36	.558	116
	سنة ثانية	3.00	.410	296
	سنة ثالثة	2.98	.412	249
	سنة رابعة	3.17	.297	189

يبين الجدول (16) تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية بسبب اختلاف فئات متغيرات الجنس والمستوى الدراسي والتخصص، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام تحليل التباين الثلاثي جدول (17).

الجدول (17)

تحليل التباين الثلاثي لأثر الجنس والمستوى الدراسي والتخصص على مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس	6.643	1	6.643	40.893	.000
التخصص	.001	1	.001	.004	.952
المستوى الدراسي	13.159	3	4.386	27.003	.000
الخطأ	137.097	844	.162		
الكلي	159.025	849			

يتبين من الجدول (17) الآتي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) تعزى لأثر الجنس، حيث بلغت قيمة ف 40.893 وبدلالة إحصائية بلغت 0.000، وجاءت الفروق لصالح الذكور.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) تعزى لأثر التخصص، حيث بلغت قيمة ف 0.004 وبدلالة إحصائية بلغت 0.952.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) تعزى لأثر المستوى الدراسي، حيث بلغت قيمة ف 27.003 وبدلالة إحصائية بلغت 0.000، ولبيان الفروق الزوجية الدالة إحصائيا بين المتوسطات الحسابية تم استخدام المقارنات البعدية بطريقة شفيه كما هو مبين في الجدول (18).

الجدول (18)

دلالة المقارنات البعدية بإستخدام إختبار شفية للمستوى الدراسي

	المتوسط الحسابي	سنة أولى	سنة ثانية	سنة ثالثة	سنة رابعة

سنة اولى	3.36				
سنة ثانية	3.00	*.36			
سنة ثالثة	2.98	*.38	.03		
سنة رابعة	3.17	*.19	*.16	*.19	

* دالة عند مستوى الدلالة (α = 0.05).

يتبين من الجدول (18) الآتي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) بين السنة الأولى من جهة وبين كل من السنة الثانية والسنة الثالثة والسنة الرابعة من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح السنة الأولى.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) بين السنة الثانية وبين السنة الرابعة، وجاءت الفروق لصالح السنة الرابعة.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α = 0.05) بين السنة الثالثة وبين السنة الرابعة، وجاءت الفروق لصالح السنة الرابعة.

النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين مستويات القلق والتوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في الأردن ؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج معامل ارتباط بيرسون بين مستويات القلق والتوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في الأردن، والجدول (19) يوضح ذلك.

الجدول (19)

معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين مستويات القلق والتوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية

التوافق		**مقياس القلق**

التوافق الشخصي	معامل الارتباط ر	.259**
	الدلالة الإحصائية	.000
	العدد	850
التوافق الأكاديمي	معامل الارتباط ر	.304**
	الدلالة الإحصائية	.000
	العدد	850
التوافق الأجتماعي	معامل الارتباط ر	.137**
	الدلالة الإحصائية	.000
	العدد	850
التوافق الأنفعالي	معامل الارتباط ر	.314**
	الدلالة الإحصائية	.000
	العدد	850
التوافق ككل	معامل الارتباط ر	.282**
	الدلالة الإحصائية	.000
	العدد	850

* دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05).

* دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01).

يتبين من الجدول (19) وجود علاقة ضعيفة دالة إحصائيا بين مستويات القلق والتوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في الأردن.

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والتوصيات

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى مستوى القلق وعلاقته بالتوافق الجامعي لدى طلبة مرحلة البكالوريوس في جامعة البلقاء التطبيقية، وفيما يلي عرض لمناقشة النتائج التي خلصت إليها هذه الدراسة.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية؟"

بيّنت النتائج المتعلقة بالسؤال الأول أن طلبة جامعة البلقاء التطبيقية يعانون من مستوى قلق شديد، حيث حصل مستوى القلق الشديد على أعلى تكرار بلغ (577) وبنسبة مئوية بلغت (67.9%) تلاه لا قلق بتكرار بلغ (189) وبنسبة مئوية (22.2%)، بينما جاء القلق المتوسط والشديد بتكرار بلغ (42) وبنسبة مئوية (4.9%)، وبلغ المتوسط الحسابي للقلق (34.96) وهو يشير إلى مستوى قلق شديد بشكل عام. وربما تفسّر هذه النتيجة في ضوء الضغوط والأزمات الاقتصادية والاجتماعية المحيطة بالطالب وأسرته، إضافة إلى قلة الاهتمام بشريحة الطلبة ، وعدم مراعاة ظروفهم الاقتصادية والاجتماعية، مما يفرض عليهم ضغوطاً نفسية قد تزيد من مستوى القلق لديهم، كما أن ارتفاع مستوى القلق قد يعود إلى ضغوط الدراسة وأعبائها الملقاة على عاتق الطالب في ظل وجود أزمة البطالة لدى الخريجين الجامعيين في الأردن وقلة فرص العمل، مما يجعل تفكيرهم في المستقبل سلبياً، من جانب أخر تمثل المرحلة الجامعية نهاية سن المراهقة وبداية سن الرشد وهذه المرحلة تتسم بعدم الاستقرار النفسي وازدياد مستوى القلق لدى الشبان والشابات.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الأحمد (2001) التي بينت إرتفاع مستوى القلق لدى الطلبة الجامعيين السوريين، وتختلف النتيجة عن نتيجة دراسة عثمان (2005) التي بينت أن مستوى القلق لدى الطلبة الجامعيين في فلسطين كان متوسطاً وربمّا يعود ذلك إلى اختلاف أداة الدراسة واختيار عينتها من أكثر من جامعة.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية ؟

أظهرت نتيجة السؤال الثاني أنّ المتوسطات الحسابية للتوافق الجامعي قد تراوح بين (3.01−3.12) وبدرجة توافق متوسطة ، حيث جاء التوافق الاجتماعي في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3.12) وبدرجة متوسطة ، بينما جاء التوافق الانفعالي في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.01) وبدرجة متوسطة، وبلغ المتوسط الحسابي للتوافق ككل (3.08) وكانت درجة التوافق الكلية متوسطة. وتبدو هذه النتيجة مبرّرة فالطالب أو الطالبة الذي يعاني من التوتر والقلق الشديدين لا يمكنه أن يتوافق مع محيطه الجامعي بشكل جيد، وما يؤكد ذلك ما ذكره جرايسون (Grayson, 2003) بأن القلق الشديد لدى الجامعيين وخصوصاً في بدايات الفصول الأكاديمية يسبب لهم عدم القدرة على ضبط النفس وتحمل موقف النقد والإحباط مع القدرة على السيطرة على القلق والشعور بالأمن والاطمئنان بعيداً عن الخوف والتوتر ، مما لا يحقق لهم التوافق النفسي والأكاديمي والشخصي والاجتماعي.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة حبايب وأبو مرق (2009) حول واقع التوافق بمجالاته الأربعة (الاجتماعي، والدراسي، والانضباطي، والانفعالي) حيث بينت أن مستوى التوافق الجامعي لدى الطلبة كان متوسطاً في جميع أبعاده.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في ضوء الجنس والمستوى الدراسي والتخصص (علمي، إنساني)؟

بينت نتائج تحليل التباين الثلاثي لأثر الجنس والمستوى الدراسي والتخصص على مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر الجنس، حيث بلغت قيمة ف 11.851 وبدلالة إحصائية بلغت 0.001، وجاءت الفروق لصالح الإناث. و ربما تفسّر هذه النتيجة إلى عدم تعرض الإناث للضغوط الأسرية والاقتصادية التي يتعرض لها الذكور ، فهن أقل تفكيراً بمستقبلهن المهني، وأكثر

إقبالاً على الاندماج في الدراسة والتجمع في مجموعات متعاونة معاً داخل الحرم الجامعي مما يقلل مستوى القلق لديهن.

وبينت النتائج أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر التخصص، حيث بلغت قيمة ف 32.060 وبدلالة إحصائية بلغت 0.000، وجاءت الفروق لصالح التخصصات الإنسانية، وربما يعود ذلك إلى قلة المتطلبات والأعباء الدراسية المفروضة على طلاب التخصصات الإنسانية ونوعية المساقات متوسطة الصعوبة التي يدرسونها مقارنة بالتخصصات العلمية، مما يجعل قلقهم حيال وضعهم الأكاديمي والاجتماعي داخل الجامعة أقل منه لدى طلال التخصصات العلمية الأكثر صعوبة والتي تحتاج إلى مستويات تركيز مرتفعة والمزيد من الدراسة.

كما بينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر المستوى الدراسي، حيث توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) بين السنة الأولى من جهة وبين كل من السنة الثالثة والسنة الرابعة من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح السنة الأولى. وربما تفسّر هذه النتيجة مبررة ؛ فلا يزال طلبة السنة الأولى حديثي العهد بالجامعة، ولا زالوا بعيدين عن التخرج؛ لذلك يكون تفكيرهم بمستقبلهم وضرورة الانتباه لمعدلاتهم الجامعية للنجاح والتخرج أقل منه عند باقي المستويات وبالتالي يكون القلق لديهم أقل، وهذا نفسه ينطبق على طلبة السنة الثانية أن ما قورنوا بباقي المستويات، وعلى طلبة السنة الثالثة إذا ما قورنوا بطلبة السنة الرابعة الذين يستعدون للتخرج ومواجهة مستقبل مهني واجتماعي غامض يشعرهم لعدم الراحة النفسية والقلق الشديد.

وتختلف هذه النتيجة عن نتيجة دراسة الأحمد (2001) التي أشارت إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين متغيرات البحث في الكليات الأربع، بالإضافة إلى عدم وجود تأثيرٍ دال لمتغيري الجنس والتخصص العلمي في كلٍ من سمة القلق وحالة القلق مع ارتفاع مستوى القلق لدى أفراد العينة بشكلٍ عام ولاسيما لدى الإناث. بينما

تتفق مع نتيجة دراسة الأنصاري (2007) التي بينّت وجود فروق دالة إحصائياً بين الطلاب والطالبات في القلق والاكتئاب، وذلك لصالح الإناث.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في ضوء الجنس والمستوى الدراسي والتخصص ؟

بينت نتائج تحليل التباين الثلاثي لأثر الجنس والمستوى الدراسي والتخصص على مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر الجنس، حيث بلغت قيمة ف 40.893 وبدلالة إحصائية بلغت 0.000، وجاءت الفروق لصالح الذكور. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر التخصص، حيث بلغت قيمة ف 0.004 وبدلالة إحصائية بلغت 0.952. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر المستوى الدراسي، لصالح طلاب السنة الأولى مقارنة بطلاب السنة الثانية والسنة الثالثة والسنة الرابعة، ولصالح طلاب السنة الرابعة مقابل طلاب السنة الثانية والسنة الثالثة.

وتبدو هذه النتيجة مبررة وربما يعود ذلك إلى العوامل الاجتماعية والثقافية، فالمجتمع الأردني مجتمع شرقي يعطي الذكور دوراً اجتماعياً أك بر من الإناث، وبالتالي من أكثر المشكلات التي تواجه الإناث عند الالتحاق بالجامعات هي المشكلات الاجتماعية وتحتاج الإناث مدة أطول من الذكور بغض النظر عن التخصص علمي أو إنساني للتوافق مع الحياة الجامعية. وما يؤكد ذلك ما أشار إليه بيست (Best, 2008) بأن توافق الإناث مع الحياة الجامعية يرتبط بدرجة كبيرة في قدرتهن على بناء علاقات اجتماعية في المجتمع الجامعي، وبالتالي عدم الشعور بالعزلة، أيضاً نقص اشتراك الإناث في النشاطات اللامنهجية الجامعية او اللجان أو النوادي الطلابية المختلفة يحدّ كثيراً من قدرتهن على التوافق مع الحياة الجامعية مقارنة بالذكور مهما كان التخصص الدراسي الذي لا يلعب دوراً أساسياً في التوافق مع الحياة الجامعية بشكل عام بسبب تشابه الظروف الدراسية والحياة اليومية في الجامعة لجميع الطلبة.

وفيما يتعلق بالمستوى الدراسي فكانت الفروق لصالح الطلبة في السنة الأولى والطلبة في السنة الرابعة مقابل باقي المستويات الدراسية، وقد يكون ذلك إلى حداثة عهد طلاب السنة الأولى بمشكلات وتحديات الدراسة الجامعية، وقرب انتهاء الحياة الجامعية بالنسبة لطلاب السنة الرابعة مما يجعل التوافق الجامعي لديهم أكثر منه لدى طلاب السنة الثانية والثالثة.

وتتفق هذه النتائج في مجملها مع نتيجة دراسة باركر (Barker, 2004) ودراسة بركات(2006) ونتيجة دراسة حبايب وأبو مرق (2009).

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين مستويات القلق والتوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في الأردن في ضوء الجنس والمستوى الدراسي والتخصص ؟

بينت نتائج السؤال الخامس وجود علاقة ضعيفة دالة إحصائيا بين مستويات القلق والتوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في الأردن ، فكلما تدنى قلق الطالب كان تفاعله مع محيطه أكثر ايجابية، بينما كلما زاد مستوى القلق لديه فإنه لن يتمكن من تحقيق التوافق النفسي والشخصي والاجتماعي والأكاديمي وبالتالي سيشعر بتهديد وقلق مستمرين مما سيخفض مستوى التوافق لديه ، علاوة على أن مواقف الحياة الضاغطة والضغوطات الثقافية والبيئية والحضارية الحديثة تساعد في زيادة القلق وفرض أعباء أخرى على الطالب وتضعف من قدرته على التوافق الجامعي.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسةباركر (Barker, 2004) التي بينت وجود علاقة ضعيفة في التوافق لدى الطلبة الذين يتصفون بـإتجاهات إيجابية نحو دخول الجامعة في أدائهم الأكاديمي، إذا حصلوا على نتائج أفضل في السنوات اللاحقة. ودراسة الاحمد (2000) ودراسة الانصاري (2007).

*** التوصيات**

في ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحث بالاتي:

5. ضرورة اهتمام الإدارة الجامعية في جامعة البلقاء التطبيقية بالط لبة شديدي القلق من خلال الأنشطة اللامنهجية واللجان والنوادي الطلابية التي يمكن من خلالها تخفيض حدة القلق وزيادة التوافق الجامعي لديهم.
6. عقد لقاءات توعوية وإرشادية للطلبة في مختلف المستويات الدراسية والتخصصات، وخاصة الجدد منهم لمساعدتهم على التكيف مع البيئة الجديدة.
7. تفعيل دور المرشدين والمستشارين وتقديم مساقات اختيارية توضح مفاهيم القلق وكيفية الحد منه لزيادة التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية.
8. إجراء دراسات ضمن متغيرات أخرى مثل التحصيل الدراسي، والعنف الجامعي في ضوء متغيرات السكن، ومعدل الثانوية العامة، ووجود بعثة او دراسة خاصة.

المراجع

أولاً: المراجع العربية

- إبراهيم، عبد الستار .(1994). **العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث** .القاهرة: دار الفجر للنشر والتوزيع.
- أبو عطية، سهام درويش .(2001). **مبادئ الإرشاد النفسي**. عمان: دار الفكر للنشر.
- ابن كثير، إسماعيل. (ب.ت). **تفسير القران الكريم** (ج7). بيروت: دار إحياء التراث.
- الأحمد، أمل.(2001). **حالة القلق وسمة القلق وعلاقتهما بمتغيري الجنس والتخصص العلمي**. مجلة جامعة دمشق، 17(1): 107- 140.
- أحمد، سهير كامل .(2003). **الصحة النفسية والتوافق** مصر: مركز الإسكندرية للكتاب.
- الاقصري، يوسف .(2002). **كيف نتخلص من الخوف والقلق من المستقبل**.القاهرة: دار اللطائف.
- الأنصاري، بدر .(2007) . الفروق في القلق والاكتئاب بين طلاب وطالبات جامعتي الكويت والسلطان قابوس. **حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية**، 3(3): 22-89.
- المحاميد، شاكر، السفاسفة، محمد. (2007). قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، 8(3): 20-60.
- الجزائري، خلود. (2004). **المناخ الأسري وعلاقته بالقلق في مرحلة الطفولة. رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات والبحوث التربوية**، جامعة القاهرة، مصر.
- الخالدي، أديب.(2001). **الصحة النفسية**. ليبيا: المكتبة الجامعية للنشر والتوزيع.
- الخالدي، أديب.(2009). **المرجع في الصحة النفسية: نظرية جديدة**. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
- الخصاونة، غادة. (2007). تقدير مستويات القلق لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك في مساقات الجمباز. **مجلة جامعة النجاح للأبحاث**، 21(4): 1098- 1109.

- الداهري، صالح حسن .(2008). **أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية (الأسس والنظريات).** عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- الروسان، فاروق.(2001). **السلوك التكيفي الاجتماعي.** الرياض: دار الزهراء للنشر والتوزيع.
- الزيادي، محمود. (1988). **علم النفس الإكلينيكي.** القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- الشاذلي، عبد الحميد.(2001). **الواجبات المدرسية والتوافق النفسي.** الإسكندرية: المكتبة الجامعية.
- الشربيني، لطفي.(2010). **المرجع الشامل في علاج القلق.** بيروت: دار النهضة العربية.
- الضبع، ثناء و السعود، الجوهرة. (2004). دراسة عاملية لدى عينة من طالبات الجامعة السعوديات في ضوء عصر العولمة. **مجلة كلية التربية بجامعة الملك سعود،** 1(1): 212-267.
- الطحان، محمد.(1996). **مبادئ الصحة النفسية.** دبي: دار القلم.
- بركات، زياد.(2006).**التوافق الدراسي لدى طالبات الجامعة** : دراسة مقارنة بين المتزوجات وغير المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات.مجلة جامعة القدس المفتوحة، 2(1):1-29.
- بطرس، حافظ .(2008). **التكيف والصحة للطفل.** عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- بن علو، الأزرق.(1993). **الإنسان والقلق.** القاهرة: دار سيناء للنشر والتوزيع.
- بيك، أرون .(2000). **العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية** ، ترجمة عادل مصطفى. القاهرة: دار الأفاق العربية.
- جابر، عبدالحميد. (1988). **نظريات الشخصية.** القاهرة: دار النهضة العربية.
- حبايب، علي وأبو مرق، جمال. (2009). التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة النجاح في ضوء بعض المتغيرات. **مجلة النجاح للأبحاث: العلوم الإنسانية،** 23(3): 858- 879.
- حسونة، أمل.(2004). **علم نفس النمو.** القاهرة: المطبعة العلمية للنشر والتوزيع.
- حسين، عبد العظيم.(2007).**العلاج النفسي-المعرفي** : مفاهيم وتطبيقات. الإسكندرية: دار الوفاء

للطباعة والنشر.

- حشمت، حسين وباهي، مصطفى. (2006). **التوافق النفسي والتوازن الوظيفي**. القاهرة: الدار العالمية للنشر والتوزيع.

- حقي، ألفت .(1995). **الاضطراب النفسي، التشخيص والعلاج والوقاية.الإسكندرية** . مركز الإسكندرية للكتاب.).

- حمصي، انطون.(1991)**أصول البحث في علم النفس**. دمشق: منشورات جامعة.

- رضوان، سامر.(2007). **الصحة النفسية**. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

- زهران، حامد.(1997). **الصحة النفسية والعلاج النفسي**. القاهرة: عالم الكتب.

- طه، فرج. (2005). **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي** . القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

- عبد الفتاح، نيرة. (2004). **مدى فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في تخفيض القلق والاكتئاب والخوف من الموت لدى عينة من الأطفال مرضى القلب**. أطروحة دكتوراه، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، مصر.

- عبد الله، محمد.(2001). **مدخل إلى الصحة النفسية**. عمان: دار الفكر العربي.

- العبيدي، جاسم. (2009). **علم النفس الإكلينيكي**. عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.

- عثمان، عايد.(2005). **درجة القلق لدى طلبة جامعات الضفة الغربية في فلسطين وعلاقتها ببعض المتغيرات**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الخليل، فلسطين.

- عكاشة، أحمد.(2003). **الطب النفسي المعاصر**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

- العناني، حنان. (2005). **الصحة النفسية**. عمان: دار الفكر العربي للطباعة والنشر.

- فهمي، مصطفى. (1998). **دراسات في الصحة النفسية** : سيكولوجية التكيف. القاهرة: مكتبة الخانجي

للنشر والتوزيع.

- القريطي، عبد المطلب.(2003). **في الصحة النفسية**. القاهرة: دار الفكر العربي.

- قلندر، سهله حسين.(2003). **القلق الاجتماعي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل** . رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل، العراق.

- كتاني، إبراهيم.(2008). **دراسات في سيكولوجية النمو**. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.

- مقبل، فهمي.(2005). **العمل الاجتماعي الوقاية والعلاج في مؤسسات الرعاية الخاصة في المجتمع** . اربد: مؤسسة حمادة للنشر والتوزيع.

- منسي، حسن.(2004). **الصحة النفسية**. اربد: دار الكندي للنشر والتوزيع.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- Abdullah, M., Elias, H., Mahyuddin, R., & Uli, J. (2011). T he Relationship between Emotional Intelligence and Adjustment Amongst First Year Students in a Malaysian Public University. **International Journal of Interdisciplinary Social Sciences**, 4(9): 95-106.

- Barker, S.(2004). Intrinsic, Extrinsic, and Motivational Orientation: the Role of University Adjustment Stress, Well Being, and Subsequence academic Performance. **Current Psychology** , 23_(3) :189-202.

- Bast, K. (2008). **Self-and determination, hope and subjective well-being in adolescents with cognitive disabilities**. DAI-B, 69/02.

- Bienvenu, O., & Ginsburg, G.(2007). Prevention of anxiety disorders. **International Review of Psychiatry**, 19 (6): 647–54.

- Cemalcilar, D. (2003). Learned helplessness, therapy, and personality traits: An experimental study". **The Journal of Social psychology**, 143(3): 65-81

- Dadds, R., Barrett, P.(2001).Practitioner Review: Psychological Management of Anxiety Disorders in Childhood. **Journal of Psychology & Psychiatry**, 42(8): 999-1011.

- Deborah C., Beidel, M. .(2005). **Childhood Anxiety Disorders- AGuide to Research & Treatment**. New York: Taylor & Francis Group.

- Depping, A.(2010). **Second-generation antipsychotics for Anxiety disorders. Boston**: McGraw hall Inc.

- Fischer, W.(1988).**Theories of anxiety**. **Washington**, D.C: University Press of America.

-French, E., & Scott, J. (1986). The adjustment of Mental Retardation. **Dissertation Abstract**, 43(6): 145-178.

-Grayson J. (2003). The consequences of early adjustment to university. **Higher Education**, 64(4):411-429

-Lenz, J.(2006). Factors Relating to Academic and Social Adjustment of International Graduate Students in the School of Education at **University of Pittsburgh**. DAI, 46(12), 3603-A.

-Martin, N.(2002). The design and analysis of longitudinal studies of development and psychopathology in context: statistical models and methodological recommendations. **Development Psychopathic**, 10(2):395- 426.

-Ozen, N., Ercan, I., Rrgil, E., & Sigirli, D. (2010). Anxiety Prevalence and Affecting Factors Among University Students. **Asia Pac J Public Health**, 22(2): 127-133.

-Prosser, M. (2005). **Hope, and well-being in retirement**. Boston: MAI Press.

-Sharf, R.(2004). **Theories of psychotherapy & counseling**: Concepts and Cases. CA: Brooks/Cole.

-Swann, B. (2001). Two-dimensional self-esteem: Theory and measurement. **Personality and Individual Differences**, 31 (3): 653-673.

-Vilarim, M., Rocha, A., & Egidio, B. (2011). Caffeine challenge test and panic disorder: A systematic literature review. **Expert Review of Neurotherapeutics**, 11 (8): 1185–95.

-Zaleski, Z. (1996). Future Anxiety: Concept Measurement and Preliminary research. **Person individual difference**, 21 (2):165- 174 .

-Zaman, Q., Atif, M., Shah, H., Ayub,G., & Farooq, M. (2010). Key factors which cause the anxiety among the university students: a case study based on an event happened in Peshawar campus. **European Journal of Social Sciences**, 16(1): 87-96.

-Zhou, Y., Frey, C., & Bang, H. (2011). Understanding of international graduate students' academic adaptation to a U. S. **Graduate School**. **International Education**, 41(1): 76-84

المــلاحق

الملحق (1)

بسم الله الرحمن الرحيم

إستبانة طلبة جامعة البلقاء التطبيقية

قسم علم النفس

كلية الأميرة عالية الجامعية

جامعة البلقاء التطبيقية

أخي الطالب، اختي الطالبة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد،

يقوم الباحث بإجراء دراسة بعنوان " **مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية** ", كجزء مكمل لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير من جامعة البلقاء التطبيقية, أرجو التكرم بتعبئة الاستبانة المرفقة علماً بأنه سوف يتم التعامل مع المعلومات بسرية تامة.

الباحث: أشرف أحمد الوريكات

المعلومات العامة:

1. **الجنس:** ❑ ذكر ❑ أنثى
2. **التخصص:** ❑ علمي ❑ إنساني
3. **المستوى الدراسي:** ❑ سنة أولى ❑ سنة ثانية ❑ سنة ثالثة ❑ سنة رابعة

مقياس القلق لتايلور

الرقم	الفقـرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً

الرقم	الفقـرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً
1.	نومي متقطع وغير منتظم .				
2.	مخاوفي كثيرة جداً مقارنة مع أصدقائي.				
3.	يمر عليّ أيام لا أنام بسبب القلق				
4.	أعتقد أني أكثر عصبية من غيري.				
5.	أعاني من الكوابيس المزعجة.				
6.	أعاني من الآم بالمعدة.				
7.	ترتعش يداي عندما أقوم بأي عمل.				
8.	أعاني من حالات الإسهال.				
9.	يقلقني وضعي المالي				
10.	تصيبني نوبات من الغثيان.				
11.	أخشى أن يحمّر وجهي خجلاً				
12.	أشعر بالجوع.				
13.	ثقتي بنفسي ضعيفة .				
14.	أتعب بسهولة.				
15.	الانتظار يجعلني عصبي جداً				
16.	أشعر بالتوتر حتى أنني أعجز عن النوم.				
17.	لست هادئاً و يستثيرني أبسط الأمور .				
18.	تمر بي فترات من التوتر لا أستطيع الجلوس طويلاً.				

الرقم	الفقـرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً
19.	لست سعيداً على وجه العموم .				
20.	يصعب عليّ التركيز في الدراسة.				
21.	دائماً أشعر بالخوف دون مبرر.				
22.	عندما أشاهد مشاجرة ابتعد عنها				
23.	أتمنى أن أكون سعيداً كالآخرين.				
24.	دائماً ينتابني شعور بالقلق على أشياء غامضة .				
25.	أشعر بأني عديم الفائدة				
26.	أشعر بأني سأنفجر من الضيق والضجر .				
27.	أعرق كثيراً بسهولة حتى في الأيام الباردة .				
28.	الحياة بالنسبة لي تعب ومضايقات .				
29.	أنا مشغول دائماً بالخوف من المجهول .				
30.	يحمر وجهي من الخجل .				
31.	أشعر بقلبي يخفق بسرعة .				
32.	أبكي بسهولة.				
33.	أخشى من أشياء غير مبررة				
34.	أتأثر كثيراً بالأحداث التي تجري في الجامعة .				
35.	أعاني كثيراً من الصداع .				
36.	أشعر بالقلق على أمور وأشياء لا قيمة لها .				

الرقم	الفقـرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً
37.	لا أستطيع التركيز في شيء واحد .				
38.	من السهل جداً أن أرتبك حتى في المهام السهلة				
39.	أعتقد أحيانا باني لا أصلح بالمرة				
40.	أنا شخص متوتر جداً				
41.	أتوتر لأبسط الأسباب .				
42.	يحمر وجهي خجلاً عندما أتحدث للاخرين .				
43.	أنا حساس أكثر من الأخرين .				
44.	مرت بي أوقات عصيبة لم أستطع التغلب عليها .				
45.	أشعر بالتوتر أثناء قيامي بأداء أي عمل				
46.	يداي وقدماي باردتان في العادة .				
47.	غالباً أحلم بحاجات من الأفضل ألا أخبر أحد بها .				
48.	تنقصني الثقة بالنفس				
49.	قليل ما يحصل لي حالات إمساك تضايقني				
50.	يتصبب عرقي كثيراً في المواقف المحرجة				

الملحق (2)

مقياس التوافق الجامعي

الرقم	الفقـرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً
1.	أُشغل نفسي بكل ما يثير اهتمامي يومياً.				
2.	لا تنقصني الثقة بالنفس .				
3.	أكرر المحاولة إلى أن أنجح.				
4.	لا أتردد في اتخاذ القرارات .				
5.	أشعر بالأمن الشخصي.				
6.	أضع لنفسي أهدافاً وأسعى لتحقيقها بقوة.				
7.	أتصرف بمرونة في أموري الشخصية.				
8.	أشعر بأني أفضل من غيري.				
9.	أشعر بالفرح بداية كل فصل دراسي.				
10.	تتفق دراستي مع ميولي واهتماماتي.				
11.	يحترمني زملائي.				
12.	يحترمني أعضاء هيئة التدريس.				
13.	أشعر بالسعادة أثناء الدراسة.				
14.	استخدم جميع مرافق الجامعة دون مشكلات.				
15.	أشعر بالراحة النفسية في أوقات الامتحانات.				
16.	أشعر أن أهدافي الدراسية واقعية وقابلة للتحقق.				
17.	ظروفي المحيطة سهلة التغيير .				
18.	أشعر بالتآلف مع زملائي .				

الرقم	الفقـرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً
19.	أتقبل نقد الطلاب الآخرين بصدر رحب.				
20.	أشعر أن معظم زملائي يحبونني .				
21.	أراعي شعور الآخرين.				
22.	علاقتي حسنة مع الزملاء				
23.	علاقتي ناجحة مع أعضاء هيئة التدريس.				
24.	أملك القدرة على التصرف في المواقف المحرجة.				
25.	أتطوع في الأعمال الاجتماعية والخيرية				
26.	أجد سهولة في الاختلاط بالآخرين .				
27.	مزاجي دائماً ثابت وهادئ				
28.	أتماسك عندما أتعرض لصدمات انفعالية.				
29.	حياتي هادئة ومستقرة عاطفياً.				
30.	من الصعب أن يتملكني الغضب إذا تعرضت لما يثيرني.				
31.	أشعر دائماً بالراحة النفسية .				
32.	لا أشعر غالبا بالضغط والاكتئاب.				
33.	لا أشكو من القلق				
34.	لم يحدث أن نغصت حياتي مشكلة انفعالية.				
35.	يتسم سلوكي بالهدوء والرزانة .				

الملحق (3)

الموافقات الرسمية

بسم الله الرحمن الرحيم

Al-Balqa' Applied University
Princess Alia University College

جامعة البلقاء التطبيقية
كلية الأميرة عالية الجامعية

تأسست عام ١٩٩٧

Ref: .... الرقم: ....

Date: .... التاريخ: ....

الموافق: ....

الأستاذ الدكتور رئيس جامعة البلقاء التطبيقية المحترم،،

تحية طيبة وبعد،،،

أرجو التكرم بتسهيل مهمة ***الطالب أشرف أحمد الوريكات*** ماجستير تخصص علم النفس التربوي لإنهاء البحث الموسوم بـ "مستويات القلق لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية. ويتطلب ذلك توزيع استبانات على طلبة الكليات في جامعة البلقاء التطبيقية / المركز.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،

عميد الكلية

د. محمد السويلميين

نسخة: الدراسات العليا / الكلية.
قسم علم النفس والتربية الخاصة.

المرفقات: الاستبانة (٥/٥).

هاتف: ٥٦٨١٥٦٧ – ٥٦٦٦١٨٨ – ٥٦٦٦١٨٩ – ٥٦٥٤٦٤٠ (٦-٩٦٢+) – فاكس ٥٦٨٦٧٤١ (٦-٩٦٢+)، ص. ب. ٩٤٢٣٠٣، الشميساني، ص. ب: ٩٨٧٣، اللويبدة، البريد الالكتروني Palia@bau.edu.jo

Tel: (+962-6) 5681567 – 5689269 – 5666188 – 5666189 – 56654640. Fax: (+962-6) 5686741. P. O. Box: 942303. P. O. Box: 9873. Email: Palia@bau.edu.jo

الملحق (4)

أسماء لجنة المحكمين

الإسم	الجامعة	التخصص	الرتبة العلمية
د.حيدر ظاظا	الجامعة الاردنية	علم النفس تربوي	أستاذ مشارك
د.عادل طنوس	الجامعة الاردنية	علم النفس تربوي	أستاذ مشارك
د.فريال أبو عواد	الجامعة الاردنية	علم النفس تربوي	أستاذ مشارك
د.مصطفى الهيلات	جامعة البلقاء التطبيقية	علم النفس تربوي	أستاذ مشارك
د.نيفين أبو زيد	جامعة البلقاء التطبيقية	علم النفس تربوي	أستاذ مساعد
د.أسما الجعافرة	جامعة البلقاء التطبيقية	علم النفس تربوي	أستاذ مساعد
د.فادي سماوي	جامعة البلقاء التطبيقية	علم النفس تربوي	أستاذ مساعد
د.وليد الشطرات	جامعة البلقاء التطبيقية	علم النفس تربوي	أستاذ مساعد
د.محمد العارضة	جامعة البلقاء التطبيقية	علم النفس تربوي	أستاذ مساعد
د. خولة الدباس	جامعة البلقاء التطبيقية	علم النفس تربوي	أستاذ مساعد
د.سمر جريسات	جامعة البلقاء التطبيقية	علم النفس تربوي	أستاذ مساعد

Abstract

Levels of Anxiety Among The Students of AL-balqa Applied University and Their University Life relationship Adjustments.

Prepared by

Ashraf AL-Wrekat

Supervisor

Dr Hanaa AL- Raggad

Associate Professor

Anxiety Levels among Students of Al-Balqa' Applied University Students in Relation to their Agreeability to University Life

The study aimed at investigating the levels of anxiety among students of Al-Balqa' Applied University in relation to their agreeability to university life. The sample of the study consisted of (850) students (468 males and 382 females). The sample was chosen randomly using sampling clustering from bachelor degree students in the second semester of the second academic year 2012-2013. To accomplish the study objectives, the researcher implemented Taylor direct anxiety scale which was

translated into Arabic by Fahmi and Ghali(2013). The scale consisted of 50 statements measuring university students' anxiety, and the agreeability scale consisted of 35 statements prepared by the researcher himself. The findings of the study were as follows:

1- The anxiety level was very high whereas agreeability to university life was moderate.
2- There were significant statistical differences at the level of (α=o.o5) of anxiety levels in favor of females.
3- There were significant statistical differences at the level of (α=o.o5) of anxiety levels due to students' studying major in favor of humanities.
4- There were significant statistical differences at the level of (α=o.o5) of anxiety levels due to students' level in favor of first year students.
5- There were significant statistical differences at the level of (α=o.o5) of agreeability to university life due to sex in favor of males.
6- There were no significant statistical differences at the level of (α=o.o5) ofagreeability to university life due to students' studying major.
7- There were weak relationship between anxiety levels and adjusment to university life among students of Al-Balqa' Applied University in Jordan.

In light of the results of the study, the researcher presented a set of recommendations.

Key words: Anxiety levels- agreeability to university life Al-Balqa' Applied University- Jordan.